

Free Online Magazine
ฉบับที่ ๑๐๗
๑๑ พ.ย. ๕๗

ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

ธรรมะสำหรับคนยุคใหม่ ที่อยู่ใกล้แค่เอื้อม

<http://www.dharmamag.com/>



จากใจบ.ก.ใกล้ตัว	๓
ธรรมะจากพระผู้รู้	๑๔
ได้อาริหโมดู	๑๙
ดั่งตถุณวิลีชนา ฉบับเปิดกรุ	๒๒
อนาคารความสุข	๒๓
▶ วันจันทร์ วันหยุด วันสุข วันทุกข์	
แต่งคิดจากหนัง	๒๖
▶ Painted skin – ยั้งใจ ยั้งกาย	
เพื่อนธรรมจารี	๓๑
▶ มองชีวิตในอดีตและปัจจุบันเพื่อรู้ชีวิตในอนาคต	
เมจิคมิงค์ มหัศจรรย์เมืองธรรมะ	๓๙
▶ ตอนที่ ๔ ช้างนาฟ้าศิริ	

ธรรมะใกล้ตัว

dharma at hand

ที่ปรึกษาและผู้จุดประกาย: ศรันย์ โมตริวา

หัวน้าบรรณาธิการ

จากใจบ.ก.ใกล้ตัว: ยาวลัษณ์ เกิดปราโมทย์

ธรรมะจากพระผู้รู้: ชนินทร์ อารีหนู

ได้อาริหโมดู: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

โหรา (ไม่) คาใจ: จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ

กวีธรรม: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

คำคมชวนคิด: ศิราภรณ์ อภิรัฐ

สัพเพหะธรรม: ชนินทร์ อารีหนู

ธรรมะจากคนสู้กิเลส: ณัฐธิดา ปันทานเต

ของฝากจากหโม: พริ้ม ท้ววงศ์

แง่คิดจากหนัง: เกสรา เตมสิณวาณิช

นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ: จรินทร์ธร

ธนชัยหิรัญศิริ

พาเที่ยว เอี่ยวธรรม: เกสรา เตมสิณวาณิช

ธรรมะกับไลฟ์สไตล์: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

รูปชวนคิด: รัชฎา ดวงมณี

กองบรรณาธิการ: กนกเรขา กฤษฎาภิรักษ์

กานต์พัทธ์ รัชพันธ์ • กิษรา รัตนากิรัต

จรินทร์ธร ธนชัยหิรัญศิริ • ชนินทร์ อารีหนู

ณัฐธิดา บุญมานันท์ • ณัฐธิดา ปันทานเต

ณัฐพร สกลอุทัยศักดิ์ • ปริญญาณัฏฐ์ เจริญบุตร

ปิยมงคล โชติกเสถียร • พรภาพพรรณราย

มัลลิกาเมธาสัย ทองเสียมนาถ

พรหมเนตร สมรักษ์ • พิจิตรา ไตรวิชัย

พิทา จารุพูนผล • พริยสดี อุบลวัตร

มยุรฉัตร พงษ์ผาตินันท์ • เมธี ตั้งตรงจิตร

ยาวลัษณ์ เกิดปราโมทย์ • วรางคณา บุตรดี

วิบุรณ์ศักดิ์ ใจภักดี • วิมล ถาวรวिकास

วิมุตติยา นีวาทังบกข • ศดานัน จารุพูนผล

ศศิธร ศิวะนันท์ทากรณ์ • ศิราภรณ์ อภิรัฐ สม

เจตน์ ศฤงคารรัตน์ • สารินี สาณะเสน สิทธิ

นันท์ ชนะรัตน์ • สุปราณี วอง

อนัญญอุร ยิ่งชล • อนัญญา เรืองมา

อมรา ตั้งบริบูรณ์รัตน์ • อัจฉนา ผลานุวัตร

ฝ่ายรวบรวมบทความ: สิทธินันท์ ชนะรัตน์

ฝ่ายสื่อสารเสียงอ่านนิตยสาร: อนุสรณ์ ตรีโสภา

ฝ่ายสื่อเว็บไซต์: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

ไพสิณ ลายสนธิเสริกุล • กฤษฎา อักษรวงศ์

ฝ่ายสื่อ Word: พริยสดี อุบลวัตร

ฝ่ายสื่อ PDF: บุญศักดิ์ อีรวงศ์กิจ

เกียรติภูมิ จารุเสน

ฝ่ายระบบ Send mail: สมเจตน์ ศฤงคารรัตน์

ภาพปก: กวิน ฉัตรานนท์

และทีมงานอาสาท่านอื่นๆ อีกจำนวนมาก

ท่านสามารถรับนิตยสารฉบับนี้ได้ ใน
รูปแบบ เสียงอ่าน • Word

แฟนเพจ จิตจักรพรรดิ

หลังจาก “จิตจักรพรรดิ” เล่ม ๒ วางแผงได้ไม่กี่สัปดาห์
ถึงบัดนี้ผมได้รับคำถามอยู่ทุกวัน
ว่าเมื่อไหร่จะได้ฤกษ์เล่ม ๓ วางแผงตามมาเสียที
ผมจึงตัดสินใจจัดทำแฟนเพจจิตจักรพรรดิ

<http://www.facebook.com/EmperorMind>

เพื่อให้ทุกท่านสะดวกในการติดตามความเคลื่อนไหว
ตลอดจนส่งคำถามคาใจต่างๆไปที่นั่นได้โดยตรง
และอีกประการที่สำคัญเหนือสิ่งอื่นใด
ผมจะได้โฟกัสอย่างมีสมาธิไปที่เดียวด้วยครับ

นับเป็นครั้งแรกที่จะมีแหล่งเสวนา
เกี่ยวกับงานเขียนของผมแบบจำเพาะเจาะจง
จริงๆแล้วนอกจากเหตุผลข้างต้นดังที่กล่าวมา
ผมยังพอคาดหมายได้ว่าหลังอ่านเล่ม ๓ จบ
อารมณ์ของหลายท่านน่าจะยังไม่จบ
ยังอยากถามหาข้อเท็จจริงทั้งทางโลกและทางธรรมกันต่อ
ซึ่งผมถือว่าเป็นไปตามเป้า
ตราบเท่าที่ทิศทางของการสนทนา
มุ่งไปในทางการทำความเข้าใจ
เกี่ยวกับกรรมวิบากและทางพ้นทุกข์ในพุทธศาสนา
โดยเฉพาะอย่างยิ่งจะได้เป็นแหล่งแสดงการยินดีต้อนรับ
กับกลุ่มท่านผู้อ่านใหม่ๆที่เริ่มหันมาสนใจทางนี้

กรอบในการเสวนากันในแฟนเพจนั้น
มุ่งเอาความสนใจจำแนกตามคำถามที่ผมได้รับมาตลอด
ขอยกมาทั้งคำถามและคำตอบเป็นตัวอย่าง ดังนี้

๑) ข้อเท็จจริงในนิยาย

ที่ถามถึงกันมากที่สุดคงได้แก่ซีอุส
ปัจจุบันนี้มีครบ โปรแกรมที่อาศัยตัวแปรหลัก ๓ ตัว
คือรหัสบุคคล ตำแหน่งพิกัดโลกที่ทำมุมกับดวงดาว
ตลอดจนวันเดือนปีที่อยู่ในความสนใจ
เมื่อเอามาสัมพันธ์กันแล้ว
จะทำนายได้ละเอียดว่าเดี๋ยวจะเกิดอะไรขึ้น
เช่น ถ้าคุณไปอยู่ที่จันทบุรีวันนี้
แนวโน้มจะทำเงินหรือเสียเงิน ได้เพื่อนหรือเสียเพื่อน เป็นต้น

แต่ยังไม่มี และน่าจะไม่มีแบบซีอุส
ที่รวมรายละเอียดบุคคลเป็นพื้นฐานข้อมูล
แล้วเอามาใช้สืบค้นความสัมพันธ์ได้ตามต้องการ
เพราะทั้งการรวบรวมฤกษ์เกิดของบุคคลเป็นพันล้าน
และทั้งการเขียนเวิร์กเอ็นจินที่สืบค้นความสัมพันธ์
ล้วนแล้วแต่เป็นไปได้ยากในทางปฏิบัติ
อีกอย่าง ขึ้นใครสร้างซีอุสขึ้นมาสำเร็จ
คนนั้นก็คงได้ครองโลกจริงๆครับ
เพราะไม่ได้รู้แค่เรื่องคน แต่รู้เรื่องเหตุการณ์สำคัญๆ
เช่น ลงทุนในธุรกิจแบบนี้ เวลานี้ ออฟฟิศใหญ่อยู่ตรงนี้
ให้ซีโอโอเป็นคนนี้ จะได้กำไรหรือขาดทุนในเวลาเท่าใด
วันนี้ตลาดหุ้นจะปิดบวกหรือปิดลบ
หุ้นตัวไหนจะเด่น หุ้นตัวไหนจะร่วง ฯลฯ

เล่ม ๓ จะกล่าวถึงแนวคิดอันเป็นรากฐานของซีอุส
คือถ้ารู้ว่าในจักรวาลนี้ มีอะไรเป็นตัวแปรปฐม
เราก็ใช้ตัวแปรนั้นเป็นศูนย์กลาง
ไปสู่การทำความเข้าใจตัวแปรอื่นๆได้

ปัจจุบันนักวิทยาศาสตร์ทราบว่าก่อนเกิดจักรวาลที่เราเห็น
(คือก่อนที่จะมีกาลเวลา อวกาศ และกาแล็กซีทั้งหลาย)
มีกฎของแรงโน้มถ่วงอยู่ก่อนหน้า
ซึ่งเป็นเหตุผลทางรูปธรรมว่าทำไมสรรพสิ่งจึงเกิดขึ้นเอง
โดยไม่จำเป็นต้องมีผู้สร้าง
(ลองอ่านหนังสือเล่มล่าสุดของสตีเฟน ฮอว์คิง
ชื่อว่า The Grand Design)

กฎแห่งแรงโน้มถ่วงมาจากไหน?
ถ้าเอาแต่มองออกข้างนอก ก็จะไม่มีวันได้คำตอบสุดท้าย
แต่ถ้ามองจากมุมของพุทธศาสนา
เห็นว่าเป็นแรงดึงดูดสังสารวัฏ
ที่ไม่ได้ดึงดูดเฉพาะวัตถุเข้าหากัน
แต่ยังดึงดูดจิตให้ติดกันเป็นกลุ่มก้อน
เพื่อผลักออกแล้ววิ่งกลับมาเข้าหากันใหม่
ตามจังหวะเหตุปัจจัยที่ถูกกระทำโดยกรรมและวิบาก
และเมื่อเข้าใจความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งหลาย
ก็หาทิศทางคำนวณให้เห็นเหตุการณ์ล่วงหน้า
ได้อย่างแม่นยำแบบที่ซุสทำ

การสมมุติแบบนี้เป็นไปตามหลัก
ที่นักประพันธ์นวนิยายวิทยาศาสตร์ใช้กัน
คือมีมูลความจริงพื้นฐานประกอบกับข้อสันนิษฐาน
อันเป็นมุมมองส่วนตัวของผู้ประพันธ์ประกอบเข้าไป
โดยอาจจะยังไม่มีข้อพิสูจน์ใดๆชัดเจน
คือไม่เน้นถุการณ์เป็นสำคัญ
แต่มุ่งให้เกิดแรงบันดาลใจ
เร่งเร้าให้คนอ่านคุยกัน หรือนำไปสู่การพิสูจน์
ซึ่งกรณีนี้ ถ้าไม่ได้ด้วยเลห์ ก็ต้องเอาด้วยกล

กล่าวคือถ้าวิทยาศาสตร์ตอบสนองไม่ได้
ก็ต้องใช้วิธีการทางศาสนาเข้าช่วย
นั่นคือ รู้เอง เห็นเอง
ด้วยจิตที่เป็นพุทธิปัญญาของแต่ละคน

๒) ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับกรรมวิบาก

ถ้ามีคำถามทำนอง “เป็นอย่างนั้นจริงหรือ?”
หรือ “น่าจะเป็นอย่างนี้มากกว่านี้?”
ขอได้โปรดเข้าใจว่า

ผมเขียนเท่าที่ผมเห็นด้วยทัศนะเฉพาะตน
โดยอาศัยความรู้เกี่ยวกับกรรมวิบาก
ที่ได้มาจากพระไตรปิฎกเป็นฐาน
ส่วนตัวอย่างเหตุการณ์ร่วมสมัย
ก็จำเป็นต้องเสริมจินตนาการปรุงแต่ง
ยกบุคคลสมมุติมาเป็นตัวสร้างจินตนาการ

ยิ่งตัวละครดึงดูดคุณไปมีอารมณ์ร่วมได้มากเท่าไร

“ผลทางอารมณ์” ของคุณ
ที่สะท้อนตามกรรมของตัวละคร ก็จะชัดเจนมากขึ้นเท่านั้น
เล่ม ๓ จะมีบางจุดที่ชัดมากๆจนน่าจะก่อให้เกิดความเข้าใจ
ว่าสภาพจิตใหญ่แบบหนึ่ง
ก็เกิดขึ้นมาจากกรรมอันใหญ่ยิ่งแบบที่ไม่มีใครคาดได้ถึง
ขณะที่จิตใหญ่ ก็อาจย่อยยับลงได้ด้วยพลังคิด
ดำดิ่งสู่หลุมดำของความคิดอกุศลได้
ไม่มีภาวะอย่างใดอย่างหนึ่งที่แน่นอน
ระหว่างกุศลกับอกุศล แต่ละภาวะอาจเป็นแรงขับ
ให้เกิดภาวะชั่วตรงข้ามได้เสมอ

๓) ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับธรรมปฏิบัติ

เกี่ยวกับธรรมปฏิบัติที่แทรกอยู่ในเรื่อง
จนถึงเล่มสองเห็นจะไม่มีอะไรเกินการทำสมาธิ
หลายคนถามว่าทำได้จริงหรือไม่
แล้วจะกลายเป็นผู้หยั่งรู้ดินฟ้าได้หรือเปล่า

ในศาสนาพุทธนั้น มีการสอนทำสมาธิไว้ด้วย
ซึ่งกสิณแบบพุทธจะมีจุดประสงค์ ๒ ประการ
จุดประสงค์แรก เป็นไปเพื่อให้เห็นขณะเกิดกสิณแจ่มชัด
ด้วยมุมมองว่านั่นเป็นเพียงธรรมชาติการปรุงแต่งจิต
จิตเป็นเพียงสภาวะหนึ่งที่ถูกปรุงแต่งชั่วคราว
แล้วแต่เจตนาจะกำหนดให้เป็นไป
เช่นสร้างภาพที่ไม่มีอยู่ ให้อุเหมือนมีอยู่ในจิต
แต่ภาวะตั้งมั่นรู้เห็นภาพที่ตนสร้างสรรค์ขึ้นมานั้น
ไม่นานก็ต้องแปรไป
ไม่อาจคงสภาพอยู่ได้ ผู้เข้าถึงกสิณจึงเห็นแจ้ง
ว่าสิ่งที่จิตเห็น รวมทั้งภาวะของจิตเอง
ไม่ใช่ตัวตน เป็นภาวะธรรมชาติที่ต้องสลายตัวเป็นธรรมดา

อีกจุดประสงค์คือผู้เข้าถึงได้
จะมีจิตที่ตั้งมั่น น้อมรู้ทุกสิ่งที่ควรรู้ในขอบเขตกายใจได้ดี
เช่น เมื่อจิตสว่างแจ้ง เห็นภายในกายได้เหมือนเครื่องเอ็กซเรย์
ก็อาจน้อมไปส่องดูภายในกายว่าเป็นโพรง
แอดด้วยดับไตไส้พุง เต็มไปด้วยของสกปรกไม่น่าใคร่
และโดยความเป็นนิมิตนั้นย่อมสะท้อนธรรมชาติทางกาย
จำลองความเนาเปื่อยผุพังให้ดูกันจะจะ
ให้ผลเป็นความรู้สึกแห่งหน่ายคลายความยินดี
แม้สืมาตต้นเป็นปกติ รู้วิริยาบถปัจจุบันอยู่อย่างนี้
ก็ไม่หลงนึกไปว่ากายเป็นของเที่ยง กายนี้จะอยู่ตลอดไป

ครูบาอาจารย์ร่วมสมัยบางท่าน
แนะนำให้ทำกสิณขาว
เพราะเป็นเหตุใกล้ให้เห็นกาย
โดยความเป็นโครงกระดูกฉาบเนื้อได้ง่าย
บนอินเทอร์เน็ตก็มีประสบการณ์ตรงของผู้ปฏิบัติได้
เล่าๆ กันไว้ให้ฟังอยู่ไม่น้อย ถ้าสนใจก็ลองหาๆ ดู
ในส่วนของผมเคยเขียนไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร
ใช้ศัลยเวรต์ในการสับคั้นจากกุฎีแล้วเจอทันที คือ
-- การฝึกโธทาทกสิณ dungtrin.com --
คุณจะได้ทราบทั้งแนวคิดพื้นฐาน
และวิธีการอย่างเป็นขั้นเป็นตอน
ทั้งการฝึกกสิณ และการเอาไปใช้ต่อยอดแบบพุทธ

ขอบอกไว้ล่วงหน้าว่าสำหรับกสิณนั้น
ร้อยคนมีไม่ถึงหนึ่งที่ฝึกได้
อย่างไร “จิตจักรพรรดิ” ผมก็เคยให้ไว้เป็นเค้า
คือ เดิมมะแม่เป็นคนคิดมาก
กว่าจะทำกสิณได้ก็ต้องเพียรต่อเนื่องหลายปี
ต่างจากน้องอีกที่ขึ้นต้นมาไม่ทันไรก็ฝึกสำเร็จ
นั่นก็เพราะปัจจัยเก่าจากอดีตชาติเป็นฐาน
แล้วยังอยู่ในวัยเด็ก ไม่มีคลื่นรบกวนมากนัก

ที่ผมฝึกกสิณมาเป็นองค์ประกอบเด่นในสองเล่มแรก
ก็เพราะเหมาะกับอาชีพของมะแม่
ขอให้ทราบว่าอาชีพแบบมะแม่ไม่จำเป็นต้องมาทางพุทธ
และปัจจุบันซีกโลกตะวันตกก็มีบุคคลที่เรียกกันว่า psychic
ทำอะไรคล้ายมะแม่กันมาก โดยไม่ได้เป็นพุทธ

สรุปคือกสิณนั้น คือการฝึกจิตที่เป็นเอกเทศ
ไม่ขึ้นอยู่กับศาสนาไหน

ไม่จำกัดว่าจะนำไปใช้เพื่อจุดประสงค์ใด
สิ่งที่สำคัญกว่ากลืน จึงตัวความเห็นถูกหรือเห็นผิด
การเป็นสัมมาทิฐิหรือมิจฉาทิฐิ คือเครื่องชี้ที่แท้
ว่าฝึกกลืนสำเร็จแล้วจะเป็นคุณหรือเป็นโทษเพียงใด
นำไปสู่จุดหมายสูงสุดทางศาสนา
หรือเพื่อความเห็นแก่ตัวเฉพาะตน

ขอยกตัวอย่างให้เห็นเป็นรูปธรรม
กลืนยกระดับการรับรู้ของผู้ฝึกให้เห็นอนัตตมตา
แต่องค์ประกอบของญาณหยั่งรู้
มีอะไรมากกว่าความสามารถในการเห็นนิมิตชัด
บางคนเห็นรูปพระพุทธเจ้าชัด
ก็หลงสำคัญผิด เข้าใจว่าเป็นพระพุทธเจ้าองค์จริงเสด็จมาหา
เกิดลัทธิความเชื่อว่าพระพุทธเจ้าเป็นเพียงเทพยดาองค์หนึ่ง
อยู่บนสวรรค์ชั้นใดชั้นหนึ่ง เป็นต้น

หากอ่านเล่ม ๓ จบแล้วเกิดแรงบันดาลใจอยากปฏิบัติธรรม
ก็ขอแนะนำให้เริ่มจากอานาปานสติสูตร
หรือแปลเป็นภาษาชาวบ้านง่ายๆ
ว่าการฝึกสติรู้อาการแห่งลมหายใจ
ว่าเข้าหรือออก ยาวหรือสั้น สบายหรืออึดอัด
รู้ไปเรื่อยๆโดยอาการอย่างนี้จะปลอดภัย
รับประกันได้ดีที่สุดว่าเห็นปัจจุบันอยู่จริงๆ
ไม่มีการนึกคิดจินตนาการเอาเอง
อานาปานสติสูตรเป็นการฝึกจิต
ที่พระพุทธเจ้าจะยื่นคำแนะนำให้ทำกันทุกคน
แต่ปัจจุบันมีหลายคนจดจำไว้ว่ายากเกินไป
หรือมีข้อเสีย ข้อไม่ดีต่างๆนานา

นั่นเพราะไม่ได้วางรากฐานการฝึกตามพระพุทเจ้า
แต่สร้างแนวคิดในการฝึกกันขึ้นมาเองหลังยุคพุทธกาล

เล่ม ๓ ของ “จิตจักรพรรดิ” นั้น

ผมแทรกแนวปฏิบัติแบบอานาปานสติไว้หน่อยหนึ่ง
ไม่ละเอียดนัก เพื่อไม่ให้ฉีกจากความเป็นนิยายอ่านเล่น
แต่ก็น่าจะปูพื้นให้ลองทำตามได้ทันทีแบบง่ายๆ

๔) ข้อเท็จจริงปลีกย่อยอื่นๆ

“จิตจักรพรรดิ” ก็เหมือนนิยายอื่นๆ

คือเต็มไปด้วยสารพัดข้อมูลรายละเอียดประกอบเรื่อง

ถ้าคุณๆต้องการแสดงความเห็นเสริมเติม

หรือหักท้วงว่าตรงไหนผิดพลาด ก็ขอเชิญได้ครับ

ถ้ามีโอกาสผมจะแก้ไขในตอนรวมเล่มหรือตีพิมพ์ครั้งใหม่

นอกจากนั้น ถ้าใครอยากคุยเล่นเกี่ยวกับตัวละครต่างๆ

ได้อย่างใจหรือไม่ได้อย่างใจแค่ไหน

ก็ระบายความอัดอั้นได้ที่นี้เช่นกัน

ที่แฟนเพจนี้ ขออนุญาตไม่รับคำถามเป็นส่วนตัวนะครับ

เพื่อให้แน่ใจว่ามีเวลาเหลือสำหรับงานเขียน

ที่ได้ทำสัญญาประชาคมไว้

และขอถือโอกาสกราบงามๆขอภัย

สำหรับข้อความส่วนตัวตกค้างทั้งในทวิตเตอร์และเฟซบุ๊ก

ที่ผมตอบไม่ไหวจริงๆ

โดยรวมแล้ว ถ้ามว่าคนยังไม่อ่าน “จิตจักรพรรดิ”

ควรเข้าไปมีส่วนร่วมในแฟนเพจจิตจักรพรรดิหรือไม่

คำตอบคือถ้าคุณไม่คิดจะอ่านนวนิยายเรื่องนี้

ก็เข้าร่วมได้เลยโดยไม่มีเงื่อนไขอื่นใด

มากกว่าไปเอาประเด็นที่ตัวเองสนใจ
ตามข้อต่างๆที่ยกมาแล้ว
แต่ถ้าหวังจะอ่านให้สนุก ก็ยังไม่ควรเข้าไปจนกว่าจะอ่านจบ
เพราะที่นั่นคงมีการตีไข่ใส่สีกันใช้ได้เลย
แค่ซื้อกระทู้ก็อาจเป็นตัวแทนของความลับเล่ม ๓ แล้ว

สำหรับคนที่ยังไม่ได้อ่านทั้งเล่ม ๑ และเล่ม ๒
วันนี้คุณสามารถเข้าไปดาวน์โหลดมาได้แล้ว
ในรูปแบบของไฟล์ PDF
ซึ่งถ้าใช้ eBook Reader เช่น Kindle หรือ iPad
ก็อาจอ่านสะดวกยิ่งกว่าหนังสือจริงเสียอีก

เล่ม ๑ <http://dungtrin.com/EmperorMind/Vol1.pdf>

เล่ม ๒ <http://dungtrin.com/EmperorMind/Vol2.pdf>

(หมายเหตุ - ลิงก์ของเล่ม ๑ แก้ไขจากเดิม
เพราะผมเพิ่งเห็นว่าสะกดคำว่า Emperor ผิดเดี๋ยวนี้อง
ขอภัยสำหรับความผิดพลาดทางภาษา
สำหรับใครที่ทำลิงก์มาที่นี้ก็ขอความกรุณาแก้ไขด้วยครับ
แต่ถึงใช้ลิงก์เดิมก็ redirect มาที่ใหม่ให้อยู่ดี)

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณทุกท่าน
ผู้มีส่วนร่วมในการทายตอนจบด้วยนะครับ
ทีมงานเสนอให้ลองทายตอนจบกัน
เพราะเห็นว่าแต่ละวันมีการทายหรือคาดเดากันเยอะ
ถ้านำมาคุยเฟื่องเสียเลยน่าจะเหมาะ
ใครทายถูกทั้งหมดหรือถูกเพียงบางส่วน
ก็จะมีรางวัลพร้อมลายเซ็นจากผมให้ด้วย
เป็นการสร้างบรรยากาศมีส่วนร่วม
ใน “จิตจักรพรรดิ” ไปด้วยกันครับ

ดังตฤณ

พฤศจิกายน ๕๓

เรื่องน่าสนใจประจำฉบับ

การผิดสัญญาต่อคนทั่วไป มีผลให้กลายเป็นคนขาดความน่าเชื่อถือ
แต่หากผิดสัญญากับสิ่งศักดิ์สิทธิ์ล่ะคะ จะให้ผลอย่างไร
พบคำตอบจากคอลัมน์ “ดังตฤณวิไลสนา ฉบับเปิดกรุ”

ในตอน “ผิดคำสัตย์ที่ให้ไว้ต่อพระพุทธรูป” ค่ะ

คอลัมน์ “ไดอารี่หมอดู” ฉบับนี้
“หมอผีร์” จะช่วยเยี่ยดวงตาให้กับใครบางคน
ที่กำลังโดนกิเลสยั่วให้ผิดศีลข้อ ๓
ผลจะเป็นอย่างไร ติดตามได้ในฉบับนะคะ

สมาชิกชมรมคนเกลียดวันจันทร์ทั้งหลาย จะรักวันจันทร์มากขึ้น
เมื่อได้อ่านคอลัมน์ “ธนาคารความสุข” ของ “คุณ aston27”
ในตอน “วันจันทร์ วันหยุด วันสุข วันทุกข์” ค่ะ

ข่าวสารและกิจกรรมที่น่าสนใจ

- ขอเชิญร่วมเป็นเจ้าภาพทอดกฐินสามัคคี วัดป่าผาแต่น อ.แม่แตง จ.เชียงใหม่
เพื่อทำนุบำรุงศาสนสถานและศาสนวัตถุ ฯลฯ
วันอาทิตย์ที่ ๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๓
อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่นี้ค่ะ
<http://bit.ly/9RFSlw>

- สืบเนื่องจากเหตุการณ์อุทกภัยที่เกิดขึ้นในหลายจังหวัดที่ผ่านมา ทำให้เกิดปัญหาการเจ็บป่วยเพิ่มขึ้น
เพื่อนๆ ที่สนใจร่วมโครงการส่งมทานยาทาง EMS เพื่อจัดส่งยาไปยังผู้ที่เดือดร้อนจากอุทกภัย
สามารถอ่านข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่นี้ค่ะ
<http://bit.ly/9ELPQH>
- นอกจากปัญหาอุทกภัยแล้ว ขณะนี้หลายพื้นที่ของประเทศไทย เริ่มประสบกับปัญหาภัยหนาวกันแล้วนะคะ
จึงขอเชิญเพื่อนๆ ร่วมถวายเครื่องกันหนาวแด่สงฆ์ และแจกประชาชนในถิ่น
ทุรกันดาร ผู้สนใจ อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่นี้ค่ะ
<http://bit.ly/d6q8uB>

พบกันใหม่พฤษภาคมนี้ที่ www.dlitemag.com นะคะ
สวัสดีค่ะ (^_^)



พระอาจารย์ปราโมทย์ ปาโมชฺโช

ถาม: อยากเป็นคนดีจะได้พ้นจากกิเลสที่คอยเข้ามารบกวนจิตใจอยู่เรื่อยค่ะ

สำรวจตัวเองด้วยความซื่อๆ ซื่อตรง

แต่ละคนถ้าไม่เคยภาวนานะ จะรู้สึกว่าเป็นคนดี

ฉันดีแล้ว ฉันดี ฉันวิเศษ ดีกว่าคนอื่นเยอะแยะเลย

มาภาวนาถึงจะรู้เลยว่ากิเลสย่อมใจมอมแมมอยู่ตลอดเวลาตลอดคืนเลย

ดูออกไหม เยอะนะ ยุบยิบๆ เต็มไปหมดเลย

จะหันซ้ายหันขวากิเลสเยอะแยะไปหมดเลย

เตี้ยลงส่งเกตนะ เวลาแมลงวันมาตอมเนี่ย มีโทษะไหม นิดเดียวก็มีนะ โมโหนะ

นั่นเรื่องเล็กเรื่องน้อยนะ กิเลสเนี่ยแทรกถึยิบไปหมดเลย

อยู่ที่สติปัญญาของเราเนี่ยจะรู้ให้ทัน

ฉันร่ายากู้ทันกิเลสนะในใจเรา ยิ่งเราล้างกิเลสได้มากเท่าไร

กุศลยิ่งเกิดได้มากเท่านั้น

เพราะกิเลสกับกุศลเป็นสิ่งที่ตรงข้ามกัน

กิเลสเป็นความมืด กุศลเป็นความสว่าง

กิเลสเป็นความร้อน กุศลเป็นความเย็น

เราพัฒนา อย่างเราลดความมืดลงไป ความสว่างมันก็เพิ่มขึ้น

ลดความร้อนลงไป ความเย็นมันก็เพิ่มขึ้น

ฉันถ้าเราลดกุศลได้นะ กุศลมันก็เจริญเองแหละ

ลดราคะได้ เกิดกุศล ชื่อโอโลกะ

มีโอละนะ กุศลที่ตรงข้ามกับโอละนะ คำเรียกโอโลกะ จิตที่ไม่โอละเนี่ยเป็นกุศล

มีโทษะ เป็นอกุศล กุศลก็คือโอโทษะ ไม่มีโทษะ

มีโมหะนะ ความหลง เป็นอกุศล ตัวกุศลก็คือโอโมหะ

โอโมหะเป็นชื่อหนึ่งของปัญญา ปัญญานั้นแหละคือตัวโอโมหะ

ถ้าเมื่อไหร่ล้างโมหะได้ก็เกิดปัญญาเมื่อนั้นแหละ
เมื่อไหร่มีปัญญาได้ก็ล้างโมหะได้เมื่อนั้นแหละ

นี่เราจะล้างโมหะ ก็ล้างด้วยปัญญา

ปัญญาก็เดินวิปัสสนา เรียนรู้ความจริงของรูปนาม ของกาย ของใจ
รู้ความจริงก็ล้างโมหะได้

ถ้าโมหะถูกทำลายนะ โลภะ โทสะ ไม่มีทางเกิดเลย

เพราะโลภะ โทสะ เกิดลอยๆ ไม่ได้ ต้องเกิดร่วมกับโมหะเสมอ

งั้นถ้าเราล้างนะเนี่ยเอาให้เด็ดขาดเลย ไม่ใช่ล้างราคะ โทสะ

ถ้าล้างราคะ โทสะ เนี่ยล้างได้ชั่วคราว เดี่ยวมาอีก

ยกตัวอย่าง จิตมีราคะขึ้นมา เราพิจารณาปฏิกุศล พิจารณาอสุภะ

ราคะดับไป ดับชั่วคราว โมหะยังมียังหลงอยู่ มันยังมีตัวเราอยู่

มีเราอยู่ เดี่ยวมันก็รักตัวเรา รักคนอื่นขึ้นมาอีก แล้วราคะก็เกิดได้อีก

มีโทสะขึ้นมาะ ก็ไปล้างมันด้วยการเจริญเมตตา

เจริญเมตตามากๆ โทสะหายไป หายชั่วคราว

โมหะยังอยู่ เดี่ยวก็โกรธอีก มันยังมีเราอยู่

พอเรากระทบอารมณ์ที่ดีก็เกิดราคะ พอเรากระทบอารมณ์ที่เลวก็เกิดโทสะ

เพราะฉะนั้นตราบได้ไม่ล้างโมหะนะ

ราคะ โทสะ มันก็กลับมาได้อีก ชมได้ชั่วคราว

เพราะฉะนั้นจะเรียนกรรมฐานทั้งทีนะ

สู้โมหะให้ได้ ชนะโมหะให้ได้ หัวหน้าโมหะชื่ออวิชชา

อวิชชาคือความไม่รู้ร้อยสัจ ตอนนี้นี้ยังไม่ต้องชกอวิชชา

ชกอวิชชาตอนนี้ตายเปล่า มวยคนละรุ่นกัน

ของเราตอนนี้อย่าไปสู้ อย่าไปคิดจะหาญสู้กับอวิชชา ยังไม่ใช่คู่ต่อสู้กัน

ตัวแรกๆ เลยนะเราลองสู้ดู พวกความเห็นผิดทั้งหลาย

ความเห็นผิดว่ามีตัวมีตนพวกนั้นะ สู้กับพวกนี้ไป

ในทางตำราถือว่า ตัวทิฏฐิเป็นโลภะนะ

ความเห็นผิดอย่างนี้รากเหง้ามันก็มาจากโมหะ

เบื้องต้นยังไม่สู้กับโมหะจริงๆหรอก สู้กับความเห็นผิดก่อน
ความเห็นผิดก็สู้ด้วยความเห็นถูก
ถ้าเห็นถูกแล้วก็ล้างความเห็นผิดไป
เห็นถูกทำไงจะเห็นถูก ต้องเห็นตรงความจริง
ถ้าล้างความเห็นผิดได้ ตัวนี้เป็นโลภะนะ เป็นตระกูลโลภะตัวนี้ ตัวทิฏฐิ
แต่รากเหง้าของมันมาจากโมหะ มาจากโง่นี้แหละ ก็เลยมีความเห็นผิดขึ้นมา
มันยังไม่สู้กับอวิชชา สู้กับความเห็นผิดธรรมดาๆ นี่แหละ ความเห็นผิดว่ามีตัวเรา

วิธีสู้กับความเห็นผิดก็เห็นถูก เห็นถูกว่าไม่มีตัวเรา
ก็ในความรู้สึกของเรา รู้สึกว่าตัวเรามีจริงๆ ทำไมบอกว่าไม่มีตัวเรา
พอมาดูลงไป ในสิ่งที่เรียกว่าตัวเรา
สิ่งที่เรียกว่าตัวเราก็มิกายกับใจ รูปกับนาม นี่แหละ
ดูลงมารูปรูธรรมนี้เป็นตัวเราไหม นามธรรมนี้เป็นตัวเราไหม ดูของจริงลงไป
ถ้าเมื่อไหร่ใจลอย จะดูรูปดูนามไม่ได้
ถ้าเมื่อไหร่ไปเพ่งรูปเพ่งนามไว้ จะไม่เห็นความจริงของรูปนาม

งั้นเราจะเดินปัญญาได้ ล้างความเห็นผิดว่ามีตัวมีตนได้ เราต้องไม่พลาดสองอย่าง
อย่างหนึ่ง ลืมกายลืมใจ หลงไปเลย หลงตามกิเลสไป อันนี้เรียกย่อหย่อนมากไป
อีกอันหนึ่งก็บังคับกายบังคับใจ
เพ่งกายให้หนึ่ง เพ่งใจให้หนึ่ง จนมันไม่สามารถแสดงไตรลักษณ์ได้
นี่เรียกว่าตึงเกินไป

งั้นเราวางนား ไม่หย่อนไป ไม่ตึงไป
ตรงไหนที่ไม่หย่อนไม่ตึง ตรงที่รู้ด้วยความเป็นกลาง ไม่หย่อนไม่ตึง
ทีนี้ใจเราเคยหย่อนเคยตึงตลอดเวลา จะให้มันพอดีมันไม่พอดีหรอก
ฉะนั้นเบื้องต้นไม่ตึงไปหาความพอดี ความพอดีมันไม่มีหรอก
ถ้าเมื่อไหร่มันพ้นจากความสุดโต่งสองข้าง มันพอดีของมันเอง
เมื่อไหร่ไม่มืดมันก็สว่าง เมื่อไหร่ไม่ร้อนมันก็เย็น
เมื่อไหร่ไม่สุดโต่ง มันก็เข้าทางสายกลาง

ให้คอยรู้ทัน ใจมันสุดโต่งไปข้างไหน คอยรู้ทันมัน
สุดโต่งข้างยอหย่อน ลืมกายลืมใจ หลงไปคิด
หลงไปคิดเกิดทั้งวันเลยรู้สึกไหม มีใครไม่คิดบ้าง มีไหมเอ๋ย
ไม่คิดก็แปลกนะ ขนาดนอนหลับยังคิดเลย

ใจหนีไปคิดให้รู้ทันนะ แคร้รู้ทัน ผีกรู้ทันไป
ใจหนีไปคิดแล้วเรารู้ทันนะ มันก็หลุดออกจากโลกของความคิดมา ไม่หลงไปคิดแล้ว
คนที่ไม่เคยปฏิบัตินะ พอรู้ทันว่าหลงไปคิดเนี่ย จิตจะตื่น เพราะเพ่งไม่เป็น
ส่วนนักปฏิบัติมีอาชีพรู้อยู่หลายนะ พอรู้จิตไปคิด คิดนั้นอันหนึ่งนะ รู้ว่าคิดนั้นอันหนึ่ง
ตรงรู้ว่าคิดเนี่ยถูกแล้ว ถัดจากนั้นจะต่อด้วยการเพ่ง กลัวจะหลง
จันคนที่เคยฝึกไปฝึกมานะ บางทีสู้คนไม่เคยฝึกไม่ได้
พวกที่ติดสมณะมาจะติดเพ่ง หลายคนฝึกมาติดสมณะมานะ ต้องมานั่งแก้
อย่างบางคนติดแรงๆ นะ หลวงพ่อบอกให้หยุดสมณะไปก่อน
หยุดไปชั่วคราวนะ ไม่ใช่หยุดถาวรหรอก
หยุดเพ่งไปชั่วคราวก่อน มาฝึกให้มีสติรู้สึกตัวธรรมดาๆ นี่ ให้จิตมันเคลื่อนไหวได้
กายเคลื่อนไหว จิตเคลื่อนไหว แล้วคอยมีสติตามดู
บางคนมันได้อินเราสอนอย่างนี้
มันนึกว่าเราสอนไม่ให้ทำสมณะ บ้าสิหลวงพ่อกำลังสอนตั้งแต่เจ็ดขวบ
แล้วมันเรื่องอะไรหลวงพ่อกำลังสอนไม่ให้ทำสมณะ
นี่สอนกับบางคนหรอกที่ติดสมณะ ติดเพ่ง
พวกหนึ่งเพ่งแบบหมาบ้า ดู
อีกพวกหนึ่งเป็นแบบเคลิ้ม เพ่งแบบพวกติดยา
พวกนี้จิตไม่ธรรมดาไม่ธรรมดา
พวกนักปฏิบัติสังเกตให้ดีเกือบร้อยละร้อย
อย่างส่วนใหญ่ที่มานั่ง ขอนั่งให้หลวงพ่อดู
สังเกตไหมมานั่งให้หลวงพ่อดู สิ่งแรกที่ทำนะ เวลาจะนั่งต้องวางพอร์มนั่นเอง
ขยับร่างกายก่อน ตอนนี้นั่งไม่ดูนะ ตอนที่ขยับเนี่ยยังไม่ดู
ผลออกไปก่อน ขยับได้ที่แล้วก็เริ่ม เริ่มแล้วก็ยังไม่ดูนะ
ต้องขยับจิตก่อน ขลุกลิงขลุกลิงขลุกลิง อืม แล้วค่อยดูไป

เกือบทั้งนั้นเลย ไม่ได้กินหรรอก โมะหะเอาไปกินหมดเลยนะ

ฉันเราไม่น้อมลงไป ไม่เคลิ้มลงไป

อันนี้สุดโต่งไปข้างซิม ข้างบังคับตนเอง ไม่ดีเลย

ไม่บังคับนะ ไม่หลงแล้วก็ไม่บังคับ

เพราะฉันจิตหลงไปคิดรู้ทัน จิตหลงไปบังคับอยู่รู้ทัน

จิตหลง ไปคิดพอรู้ทันจะเลิกเลย เลิกทันที เพราะเมื่อไหร่รู้เมื่อนั้นไม่คิด

แต่จิตเพ่งเนี่ย เรารู้ว่าเพ่งหายไหม เพราะอะไร จิตเพ่งมันไม่ใช่อกุศลนะ

พวกพระพรหมก็พวกเพ่งเก่งนะ มันไม่ใช่อกุศล มันไม่หายหรรอก ฉันต้องไม่ไปฝึกมัน

ถ้าจิตเคยเพ่ง มันก็เพ่งนะ ถ้ามันไม่เพ่งนะ มันก็ไม่เพ่งหรรอก

เพราะฉันถ้าคนไหนเคยเพ่งจนชินนะ

หลงพ้อบอกไปเลิกก่อน หยุดก่อน หยุดชั่วคราว

เดี๋ยวนี้มาเจริญปัญญา เจริญรวดเร็วไม่ยอมเพ่งอีกแล้ว ก็สุดโต่งไปอีกฝั่งนะ

ฉันเราอย่าสุดโต่งสองฝั่งนะ ถ้าเมื่อไหร่หลง ใจลอยไป สัมกายสัมผัสใจ

อันนี้ทำวิปัสสนาไม่ได้

วิปัสสนาต้องรู้รูปนาม แล้วก็พอรู้รูปนามก็รู้แบบสบายๆ รู้แบบคนวงนอก

ดูห่างๆ ดูแบบไม่มีส่วนได้เสีย

ดูแบบเป็นผู้สังเกตการณ์ ไม่ใช่ผู้มีส่วนได้เสีย มันเป็นอย่างงี้ก็ได้

ร่างกายเป็นอย่างงี้ก็ได้ จิตใจเป็นอย่างงี้ก็ได้ ไม่ว่ามัน

ดูแบบไม่มีส่วนได้เสีย ดูมันทำงานไปเรื่อยเลย จะเห็นว่ามันทำงานได้ตลอดเวลาเลย

มันเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาเลย เนี่ยแสดงอนิจจัง

มันทนอยู่ในภาวะอันใดอันหนึ่งไม่ได้เนี่ยเรียกว่าทุกขัง

มันบังคับไม่ได้ มันสั่งไม่ได้

มันจะสงบหรือมันจะฟุ้งซ่าน

มันจะปฐะดีหรือมันจะปฐะชั่ว สั่งมันไม่ได้ เรียกอนัตตา

สวนสันติธรรม

วันอาทิตย์ที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๕๓

สารบัญ ←

ไดอารี่หมอดูประจำฉบับที่ ๑๐๗

โดย หมอผีร์

พฤศจิกายน ๒๕๕๓

สวัสดีทุกคนที่อ่านไดอารี่หมอดู ช่วงนี้เริ่มเข้าฤดูหนาวอากาศเย็นลงมากเลย เห็นข่าวบอกว่าปีนี้อากาศจะหนาวนานและหนาวกว่าทุกปี ยิ่งใกล้ดูแลสุขภาพกันด้วยนะคะ พี่ป่วยเรียบร้อยแล้วคะ ยังดีนะไม่ใช่ไข้หวัดใหญ่ อยู่กรุงเทพค่อนข้างระวังตัวยากในการที่จะไม่ติดหวัดคนอื่น เพราะแค่เดินไปเที่ยวห้างคนเยอะ ๆ จามใส่มือไปจับราวบันได ก็รับเชื้อโรคต่อกันได้แล้ว พาลูกไปฉีดยามาแล้วคะเปิดเทอมแล้วกันไว้อ่อน ป่วยมาทุกปีเลยไม่อยากให้เป็นอีกแล้วคะ ทรมาณมากเลย

ช่วงนี้ฤดูธูฐิน เป็นช่วงหนึ่งเดือนหลังออกพรรษา เป็นช่วงงานบุญ มีชาวบุญมาให้อนุโมทนากันเยอะเลยคะ

ดวงพี่ร์เดือนตุลาคมที่ผ่านมา ตกดวงความรักมรณะซึ่งจะเจอลูกค้าที่มีปัญหารักซ้อนรัก รักสามเส้าทั้งนั้นเลยคะ ส่วนใหญ่จะเกิดจากผู้ชายนอกใจแฟนที่มีอยู่ไปมีใจให้อีกคนทั้งนั้นเลยคะ จำได้ว่าเคยเขียนเรื่องราวประมาณนี้ไว้ ว่าเมื่อไหร่ที่ผู้ชายเจอคนใหม่ จะรู้สึกวาบวามหวั่นไหว ครุ่นคิดคำนึงถึงเหมือนรักแรกพบ การแอบคิดถึงถวิลหามันช่างมีแรงดึงดูดมาก ๆ ความรู้สึกกับแฟนเก่ามันจะจืดชืดมาก ๆ เหมือนคนไม่มีความรักต่อกัน เบื่อหน่ายนาราคาญมากขึ้น ความเป็นจริงก็คือจิตใจเกิดความเบื่อหน่ายคนเก่าและมีใจให้คนใหม่ มันก็ไม่แปลกที่เป็นแบบนี้

พอพี่ร์แนะนำบอกว่า คนที่เป็นคู่เวรมักจะมาเจอกันในเวลาที่ไม่เหมาะสม คือต้องเริ่มต้นโดยการไปทำร้ายแฟนเก่าเพื่อมาคบคนใหม่ นี่ก็เรียกว่าทำบาปแล้ว ที่เจอหนักกว่านี้คือฝ่ายที่เข้ามาที่หลังมักจะรู้แล้วว่าฝ่ายชายมีแฟนอยู่ จิตใจคนใหม่ไม่ค่อยสะดุ้งสะเทือนเท่าไร รู้สึกว่าตัวเองมีสิทธิ พี่ร์บอกไปว่าผู้หญิงที่ไม่มีความละเอียดเลยว่าคุณผู้ชายมีเจ้าของมันน่ากลัว ฝ่ายชายรีบแก้ตัวให้ทันทีว่า อย่าไปว่าเขา

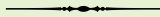
สื่ครับ ผมไม่อยากให้คุณพรีว่าเขาแบบนี้ ซึ่งพรีไม่มีเจตนาจะว่าเขา ธรรมชาติ
ความเป็นจริงผู้หญิงที่รู้ว่าผู้ชายมีเจ้าของอยู่ หรือผู้ชายคนไหนรู้ว่าผู้หญิงมีเจ้าของ
แล้ว แต่จิตใจไม่มีความเกรงกลัวต่อบาปมันน่ากลัวมากเลยนะคะ เห็นไปแล้วมัน
จะรู้สึกสะดุ้งและสสาร ไม่ได้รังเกียจคนที่มีจิตแบบนี้ะคะ ส่วนใหญ่จะสสาร
และพยายามพูดให้กลัวบาปขึ้นมามากกว่าคะ

มีคนที่เป็รองมาดูดวงกับพรีเยอะนะคะ ไม่เคยถูกเหยียดหยามการเป็นแบบนี้
เลยนะคะ บางคนนำสารมาก กลัวบาปหรือรู้ว่าบาปแต่มีเหตุจำเป็นที่ไม่สามารถ
ออกมาได้ในตอนนั้น เช่นความไม่มั่นคงทางการเงิน หรือจิตใจไม่เข้มแข็งพอที่จะ
ถอยออกมาได้ ไม่ใช่จะไปว่าเขาหรือให้เขาทำให้ได้ภายในวันสองวัน จะแนะนำให้
เขามีทางออก ซึ่งทางออกของแต่ละคนไม่เหมือนกันคะ เขาเองก็รู้ว่าสิ่งที่เขาเป็น
อยู่มันทุกข์ไม่ใช่ความสุข

พรีว่าพี่ผู้ชายคนนั้นคงวิบากมาบังตาคะ มองเข้าไปมันคงเป็นกรรมบังตาเขาจริง ๆ
วิบากจะบดบังให้มองเห็นคนที่มาทีหลังดีกว่าคนปัจจุบันมาก ๆ ถึงแม้คนที่มา
ทีหลังไม่ดีก็กลายเป็นมองข้ามไป พอมองคนที่มาก่อนก็จะเห็นข้อดีเต็มไปหมด
เลย ส่วนใหญ่จะต้องรอเลิกและไปคบกันก่อนคะ ถึงจะรู้นิสัยของกันและกันจริง ๆ
และพรีเห็นอีกสิ่งหนึ่งที่มันแตกต่างจากความรักปรกติคือ เมื่อฝ่ายชายนึกถึงคนที่
มาทีหลัง จะมีความคิดที่ปันเรื่องเช็กส้อยด้วยเสมอ มีผู้ชายบางคนยอมรับตรง ๆ
คะ ว่านึกถึงฝ่ายที่มาทีหลังที่ไร จะมีกามราคะปนอยู่ด้วยตลอด เท่าที่เห็นจะเป็น
กันเกือบทุกคนด้วยซ้ำ คุณหนูอะไรจะนึกเรื่องนั้นตลอด ถ้าวันหนึ่งอีกฝ่าย
ไม่สามารถตอบสนองเรื่องนี้ได้ ต้องเกิดการขัดใจหาคนใหม่เพิ่มอีกเสมอแน่ ๆ
คุณหนูสามารถรักกันได้หรือดูแลกันได้โดยที่ไม่มีเรื่องเพศมาเกี่ยวข้อง

พี่ผู้ชายคนนี้เขายังบอกอีกนะคะว่า คนในสังคมเป็นอย่างนี้กันทั้งนั้น ก็บอกกับเขา
ไปว่าสังคมเดี๋ยวนี้อ่อนแอ การผิดศีลเป็นเรื่องธรรมดา ส่วนการถือศีลนั้นเป็น
เรื่องยาก ธรรมชาติของชีวิตไหลลงต่ำได้ง่าย การปล่อยชีวิตไหลไปตามกระแส
สังคมแปลว่าจิตใจเราอ่อนแอต่อกิเลสที่ยั่วยุให้ไหลลงต่ำ

หลาย ๆ คนที่ตกอยู่ในสภาพนี้ อย่าให้กรรมมาบดบังให้คิดอะไรในการทำบาปเพิ่ม ให้ชีวิตเลยคะ การจะถอยออกมานั้นต้องใช้กำลังใจที่สูงมาก และต้องเห็นว่าสิ่งที่ทำนั้นมันผิดถึงจะออกได้ง่าย แต่ถ้าเราไม่คิดว่าสิ่งที่ทำมันผิดคงยากที่จะเดินออกมาหรือคิดได้คะ



รายการวิทยุออนไลน์ “ค้ายแคะแคะกรรมกับหมอผีร์”

ขอเชิญชวนคุณผู้อ่าน แวะไปร่วมฟังหมอผีร์พูดคุยและค้ายแคะแคะกรรม ในบรรยากาศสบาย ๆ ที่ www.goodfamilychannel.com นะคะ

ท่านที่สนใจพูดคุยกับหมอผีร์ในรายการ

ส่งคำถามมาได้ที่ diarymordo@hotmail.com นะคะ

หรือติดต่อดูดวงกับหมอผีร์ได้ที่

mor-pee@hotmail.com

๐๘๗-๙๓๔-๗๘๗๑ และ ๐๘๖-๓๐๔-๑๙๒๔

๓๗๙๘/๘๓ หมู่บ้านสรานนท์ ซอยลาดพร้าว ๑๐๑

ถ.ลาดพร้าว แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ

กรุงเทพมหานคร



สารบัญ ←

ถาม - ตั้งแต่ได้อ่านงานของคุณดั่งตถุณแล้ว ผมได้พัฒนาตัวเองขึ้นหลายอย่าง เช่น ความตั้งใจที่จะรักษาศิล ๕ โดยได้สัญญากับพระพุทธรูปไว้แล้วพรรษา นี้ แต่พลาดไปดื่มเบียร์เข้า เพราะชอบดื่ม รู้สึกว่าตัวเองแย่มากเลย ควรทำ อย่างเป็นไรดีครับ

ถ้าสัญญากับตัวเองแล้วผิดสัญญา

ให้กาหนึ่งแถมลบ

แต่ละแถมที่เพิ่มขึ้นหมายถึงความอ่อนแอทั้งทางร่างกายและวิญญาณ จดไว้ก็ดีครับ จะได้รู้ว่าเรามีแถมลบประมาณไหนในปี

แต่ถ้ายังสัญญากับพระพุทธรูป

ให้กาเข้าไปลบแถมลบ

เพราะสิ่งศักดิ์สิทธิ์จะเป็นตัวคุณเสมอ

หากทำได้ตามที่ตกลงกับตนเอง

ก็ให้กาแถมเป็นบวกหนึ่ง

ถ้าสัญญากับพระพุทธรูปก็ให้กาบวกเป็นลบ

ทำเล่นๆไม่ได้นะครับ

คุณจะรู้สึกเลยว่าสัญญากับพระพุทธรูปนั้น

บวกลบมีผลทางใจกว่าปกติ

และมีเหตุการณ์มาล่อลวงให้หลงผิดมากกว่าปกติเป็นเงาตามตัวไปด้วย

ของพรรคนี้นิ่ลองเองจะไม่ประจักษ์จริง

แต่พอลองแล้วประจักษ์แจ้ง

ก็จะเกิดความเลื่อมใสเชื่อมั่นในความเป็นตัวคุณผลกรรมของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ได้

<http://www.dungrin.net/newsletter/viewtopic.php?t=70&postdays=0&postorder=asc&start=60>

วันจันทร์ วันหยุด วันสุข วันทุกข์

โดย aston27



เบื่อวันจันทร์กันบ้างไหมครับ?

ถ้าคุณลองเข้าไปค้นหาคำว่า “I hate Monday Syndrome” ในกูเกิล คุณอาจแปลกใจที่มันมีบทความ ข้อเขียนเกี่ยวกับเรื่องนี้มากมายและจริงจัง!

อาจเพราะมันเป็นอาการสามัญประจำบ้านของคนทำงาน โดยเฉพาะมนุษย์เงินเดือน สิวเงินเดือนทั้งหลาย ที่ต้องตะเกียกตะกายแหวกว่ายในกระแสปัญหาในงานที่ทำ

รู้จักเพลง I Don't Like Monday ของ The Boomtown Rats ไหมครับ เพลงนี้เขียนโดยบ๊อบ เกลดอล์ฟ หัวหน้าวงและนักร้องนำ เขาได้แรงบันดาลใจจากเหตุการณ์สะเทือนขวัญในวันที่ ๒๙ ม.ค. ๒๕๒๒

วันนั้นในซานดิเอโก แคลิฟอร์เนีย
มีเด็กผู้หญิงวัย ๑๖ ปีคนหนึ่งชื่อว่า เบรนดา แอนน์ สเปนเซอร์
ใช้ปีนยวกราดิงจากหน้าต่างบ้านตัวเอง
ไปยังนักเรียนและผู้คนหน้าโรงเรียนประถมแห่งหนึ่งที่อยู่ตรงข้าม

ผลคือมีคนตายไปสองคน เจ็บอีกเกือบสิบ พอโดนจับ
ตำรวจสอบปากคำ ว่า เธอทำอย่างนั้นทำไม เธอให้เหตุผลว่า
“I don't like Monday” “เพราะฉันไม่ชอบวันจันทร์”

ผมคลั่งคล้ายคลืคลว่า เคยมีการทำวิจัยเรื่อง
ปฏิกิริยาของจิตใจคนเราที่มีต่อวันแต่ละวัน

เช่นวันจันทร์จะทำให้คนห่อเหี่ยวได้มาก เมื่อคิดว่า
เวลาของการทำงานยังอีกหลายวัน
กว่าจะไปถึงวันหยุดที่แสนสุขอีกครั้ง

อย่างวันเสาร์กับวันอาทิตย์ก็ต่างกัน
เพราะบางคนรู้สึก ว่า วันอาทิตย์คือวันก่อนวันจันทร์ เป็นต้น

ผมอยากบอกว่า มีเหตุผลหลายอย่างที่ชวนให้เราเกลียดวันจันทร์
แต่เหตุผลหนึ่งที่เราควรจะต้องชอบมันมากๆ
คือ...การมีวันจันทร์ มันแปลว่า เรายังมีชีวิตอยู่

น่าสนใจว่าสัปดาห์หนึ่งมี ๗ วัน เสาร์อาทิตย์เป็นแค่ ๒ วันจากทั้งหมด
เท่ากับเวลาวันหยุดคิดเป็น ๒๘% ของเวลาหนึ่งสัปดาห์เท่านั้น

ถ้าเราเฝ้ารอวันหยุดให้มาถึง แล้วลืมมีความสุขกับวันธรรมดา
แปลว่าเรากำลังใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่กับความไม่ชอบบรีเปล่านะ? :)

ผมเคยนึกถึงที่วันเสาร์มาถึง แต่หลังๆผมเริ่มใจหายว่า
ยิ่งมันมาถึงเร็วเท่าไร ก็แปลว่า...
เวลาส่วนใหญ่ของชีวิตเราหมดไปไวเท่านั้น

จริงอยู่ที่วันจันทร์อาจหมายถึงการเริ่มภาระหน้าที่ ความวุ่นวาย ยุ่งเหยิง
แต่ไม่เคยมีกฎข้อไหน ที่ห้ามไม่ให้เรามีความสุขได้ในวันจันทร์ไม่ใช่หรือ?

ถ้าเราตีค่าของวันจันทร์เป็นวันทุกข์

แล้วให้วันหยุดเป็นวันสุข

ในความรู้สึกของคนส่วนมากจะรู้สึกว่ามันต่างกันมากหลาย

แต่ในฐานะของผู้ปฏิบัติ มันมีค่าเท่ากัน

คือมันสอนธรรมะเราเท่าๆกัน

มันแสดงไตรลักษณ์ให้เราเห็นได้เท่าๆกัน

ที่น่าแปลกใจคือ เอาเข้าจริงวันสุขมันก็ดี

แต่เรามีวันสุขได้ เพราะมีวันทุกข์นะ

คุณว่าคนที่ว่างงาน ไม่มีงานทำ ไม่มีรายได้

เขาจะเป็นสุขกับวันหยุดไหม

อย่าลืมนะครับว่าเพราะงานที่ทำอยู่ในวันทุกข์ เราถึงเลี้ยงชีวิตเราได้

เพราะมันมีปัญหา หน้าที่เราถึงมีความสำคัญ

ตอนทำงานปีแรกๆ ผมเคยเชื่อว่าทำไมงานผมมันเจอแต่ปัญหา

หัวหน้าผมตอนนั้นเลยสอนว่าถ้างานเราไม่มีปัญหา

บริษัทเขาจะจ้างเรามาทำแป๊ะอะไร...โอ...ตาสว่างเลย ^^”

มาเรียนรู้อยู่ยอครับ เห็นคุณค่าของวันทุกข์

ไม่ว่าจะจันทร์ อังคาร หรือวันไหน และเจริญสติไปกับมันทุกวันๆ

เพื่อวันหนึ่ง ทุกวันจะเป็นวันสุขได้ ในท่ามกลางสารพันปัญหา

หรือดีกว่านั้น อาจไปถึงบรมสุขคือนิพพานได้เลย

ยังไม่ชอบวันจันทร์อยู่ไหมครับ?

สารบัญ ←

Painted skin – ยิ่งใจ ยิ่งกาย

โดย ชลนิล

บทความนี้มีการเฉลยเนื้อหาที่อาจจะทำให้ผู้อ่านเสียอรรถรสในการชมภาพยนตร์



“ศิลปะ” แปลว่าปกติ ก็จริง แต่ถ้าจะให้ศิลปะเป็นศิลปะ ก็ต้องมีการระวัง รักษา การรักษาศิลปะนั้น หมายถึงว่า ต่อให้มีปัจจัย หรือมีเหตุมาช่วยยว่น ขวนให้ทำผิด ผู้ที่รักษาศิลปะนั้น ก็ยังสามารถร่างกาย ระวังเอาไว้ได้ โดยศิลปะไม่แปดเปื้อน มัวหมอง

ถ้าอยากรู้ว่าศิลปะของใครหนักแน่น มันคง ก็ต้องดูตรงที่...ยามมีเหตุมาชั่วร้าย ๆ หรือมีสถานการณ์ บังคับมาส่งเสริม ชวนให้ผิดศีลแค่ไหน คนผู้นั้นก็ยังตั้งมั่น ดำรงศิลปะของตนไว้ได้ โดยไม่ปล่อยให้กาย - วาจา พลังพลาด ละเมิดต่อศีล

ดังเช่น แม่ทัพหวังเซิง ในหนังเรื่อง Painted skin (พลิกตำนานโปโยโปโลเย)

แม่ทัพหวังพาทหารบุกเข้าไปปล้นรังโจรทะเลทรายผู้โหดเหี้ยม สังหาร ปราบปราม โจรร้ายจำนวนมาก และได้ช่วยชีวิตของ เสี่ยวเหว่ย หญิงงามนางหนึ่งออกมาด้วย

เสี่ยวเหว่ยมีความงามชนิดลุ่มเมือง นางมีกิริยานุ่มนวล เรียบร้อย บอบบางน่า ทะนุถนอม พวกนายกองหนุ่ม ๆ ต่างลุ่มหลง รักใคร่ และติดนางยิ่ง



<http://huapienline.com.cn/en/>

ไม่มีใครรู้ว่าเบื้องหลังหญิงสาวผู้อ่อนแอราวกิ่งหลิวต้องลมนี้ จะเป็นนางปิศาจ จิ้งจอกพันปีผู้ร้ายกาจ ดำรงรักษาความงามของนางด้วยการกินหัวใจมนุษย์เป็น อาหาร

แรกทีเดียว ที่นางปิศาจเสี่ยวเหว่ยยอมติดตามแม่ทัพหวังเซิงเข้าเมืองมาก็เพื่อหา แหล่งอาหาร แต่พอได้ใกล้ชิดสนิทสนมกับเขา นางก็พึงพอใจในความงามสง่า สมชาย ฝีมือกล้า และจิตใจห้าวหาญ ดึงดูดของเขา

ปิศาจจิ้งจอกหลงรักแม่ทัพผู้กล้าเสียแล้ว...แต่ทว่า หวังเชิงกลับมีอาจตอบไม่ตรีต่อ
นางได้ เพราะเขามี เพี้ยหลง นางในดวงใจ เป็นสวามีอยู่แล้ว



<http://nnaple.net/sina.com.cn/en/>

เสี่ยวเหว่ยไม่ยอมแพ้ นางใช้ทั้งเสน่ห์ความงาม กิริยา วาจา มารยาทหึงสารพัด
เพื่อมัดใจแม่ทัพหวัง...ทุกสิ่งทีนางกระทำ มีอาจมีชายใดอดทน ช่มใจไม่หวั่นไหว
ได้เลย...

ท่านแม่ทัพก็เป็นบุรุษผู้มีเลือดเนื้อคนหนึ่ง จิตใจของเขาย่อมหวั่นไหว...สายตาเขา
แอบเหลือบมองนางก็ครา มิทราบ...ยามราตรี เขาฝันถึงนางก็ครั้ง แต่เมื่อลึ้มตา
ขึ้นมา พบเพี้ยหลง เมียรักนอนอยู่เคียงข้าง เขาจึงทำได้แค่เพียง ปลอ่ยให้ความ
ต้องการนั้นหลบเร้นอยู่ในใจ

เบื้องหน้าสาวงามเช่นเสี่ยวเหว่ย ท่านแม่ทัพจะไม่พุดจามากความ รักษา กิริยา
เว้นระยะห่าง แสดงออกต่อนาง เช่นน้องสาวคนหนึ่ง ถึงแววตาจะมีความปราณี
แต่กิริยา วาจา กลับถูกข่มไว้อย่างหนักแน่น

นางปิศาจเสี่ยวเหว่ยกลับมีอาจห้ามจิตใจ ช่มกลืนความรักของนางได้ นางถึงกับ
เอ่ยกล้าปากต่อหน้าเพี้ยหลง และแม่ทัพหวัง ขอให้รับนางไว้เป็นสวามีรับรอง

สวามีเช่นเพี้ยหลงยากจะมีวาจากล่าวเอื้อน...ยุคสมัยนั้น บุรุษเช่นแม่ทัพใหญ่จะมี
สวามีใหญ่ สวามีรอง หรือนางสนมอีกเป็นสิบเป็นร้อยก็ไม่ใช่ว่าเรื่องแปลก...แต่การ

ที่มีหญิงงามผู้หนึ่ง มาร้องขอเป็นสวามีครองกับนาง ต่อให้เพยหลงใจกว้างอีกสักเท่าใด ก็ยากจะเอ่ยปากตอบรับ

เพยหลงไม่มีคำกล่าว...แม่ทัพหวังต่างหาก ที่กล่าวด้วยวาจาหนักแน่น...

“สวามีหวัง มีได้เพียงผู้เดียวเท่านั้น จะไม่มีสวามีรอง หรือนางบำเรอคนใดอีก”

ที่กล่าวเช่นนั้น เพื่อมิให้นางอันเป็นที่รักต้องเจ็บปวด และเพื่อย้ำแก่ใจตนให้หนักแน่น ไม่ยอมโยกคลอน หวั่นไหว ...เขาไม่มีสิทธิรับใครเป็นสวามีอีกแล้ว

ปีศาจจึงจอกไม่ยอมแพ้ นางใช้เล่ห์กล ล่อหลอกให้แม่ทัพหวังมายังห้องนอนตอนยามค่ำคืน แล้วร่ำไห้ อ้อนวอนขอให้เขาปราณีนาง รับนางเป็นอนุภรรยา หรือกระทั่งเป็นผัวเมียคืนเดียวก็ได้

แม่ทัพหวังมิใช่ไม่ต้องการนาง สถานที่และบรรยากาศเป็นใจเช่นนี้ ประกอบกับมีหญิงงามชั้นลุ่มเมืองมาอ้อนวอน หากจะ让他ล่วงศีลกาเม ลำบากเพียงแค่เป่าเทียน ดับโคมไฟ... แต่เขาสมกับที่เป็นแม่ทัพตัวจริง คำพูดที่มีแก่นาง ยืนยันมั่นคง...อย่างไรก็ทำไม่ได้ เขาไม่อาจทำให้สวามีผู้รักดีต้องเสียใจ

นี่คือลูกผู้ชายที่แท้จริง หัวใจของชายผู้นี้สมควรแก่การเป็นบุรุษ ผู้กระทำเรื่องที่ยากยิ่ง ให้เป็นไปได้...

แม้ต่อมา สวามีจะมาพบเขาอยู่ในห้องสองต่อสองกับเสียวเหว่ย เกิดความเข้าใจผิดขึ้น เขาก็ไม่เดือดร้อน คิดร่ำร้องแก้ตัว ด้วยรู้ว่าตนเองมิได้ทำเรื่องน่าละอายใจ ผิดต่อฟ้าดิน มีคำพูดเดียวที่กล่าวแก่สวามีของตน

“เพราะใจเจ้าต่างหาก...ที่ไม่เชื่อว่า...ข้ายังใจได้”

บุรุษผู้รังใจ ไม่ยอมปล่อยให้ราคะครอบงำ จนให้กาย - วาจาทำผิดพลาด ต้องมีความอดทนเพียงไร ต้องมีความหนักแน่นแค่ไหน

จิตใจ...ไม่ใช่สิ่งที่บังคับ ควบคุมได้

...แม่ทัพหวังจึงมีใจหวั่นไหวไปกับเสน่ห์ ความงามของเสียวเหว่ย...

ทว่า...ต่อให้ใจหวั่นไหวเพียงใด หากยังมี “ศีล” อันเป็นเกราะแก้ว กำแพงกั้น
ไม่ยอมปล่อยให้กาย - วาจาพลาดพลั้ง

“ศีล” ย่อมกลับมารักษาตน ให้ชีวิตดำรงอยู่ในกรอบอันปกติ ดั่งงาม

ผู้ที่รักษาศีลได้สะอาด หมดจด ด้วยใจหนักแน่นเช่นนี้

ย่อมมีจิตใจมั่นคง ตั้งมั่นง่าย

และไม่ยากเลย...ที่จะก้าวไปสู่การภาวนา

เพื่อผลอันมีความสุขในปัจจุบัน และอนาคตข้างหน้า



สารบัญ ←

มองชีวิตในอดีตและปัจจุบันเพื่อรู้ชีวิตในอนาคต

โดย งดงาม

rngodngam@gmail.com



ในคราวที่แล้ว เราได้คุยกันถึงเรื่องการมองชีวิตปัจจุบันเพื่อรู้ชีวิตในอดีต

โดยอาศัยหลัก “อิทัปปัจจยตา” (เพราะสิ่งนี้มี สิ่งนี้จึงมี) นะครับ

ในคราวนี้ เราจะมารู้ชีวิตในอนาคตกันบ้าง

ซึ่งบางท่านก็อาจจะบอกอีกว่าเราไม่มีญาณวิเศษแล้ว

เราจะไปรู้ชีวิตในอนาคตได้อย่างไร

ก็ขอตอบว่า เราสามารถรู้ชีวิตในอนาคตได้ โดยใช้หลัก “อิทัปปัจจยตา” เช่นกันครับ

โดยเราสามารถมองชีวิตในอดีตและปัจจุบันของเรา เพื่อรู้ชีวิตในอนาคตได้

ถามว่าหลัก “อิทัปปัจจยตา” จะช่วยให้เราสามารถรู้อนาคตได้จริง ๆ หรือ
เราลองมาพิจารณาตัวอย่างกันก็ได้ครับ
ลองสมมุติเกี่ยวกับเรื่องปลูกข้าวว่า เรามีที่ดินอยู่แปลงหนึ่ง
หากเราใช้ที่ดินแปลงนั้นทำนาเกลือมาหลายปีแล้ว
อยู่มาวันนี้เราอยากจะทำนาข้าว เราก็นำพันธุ์ข้าวไปหว่านลงในที่ดินแปลงนั้น
เราก็ย่อมจะทราบได้แน่ครับว่า พันธุ์ข้าวเหล่านั้นจะไม่งอกโตเป็นต้นข้าวในอนาคต
เนื่องเพราะผลจากการกระทำในอดีตของเราเองที่ทำให้ดินเค็มจัด
หรือหากเราไม่ได้ใช้ที่นาแปลงนั้นไปทำนาเกลือ
แต่ก็เป็นเพียงที่ดินว่างเปล่าธรรมดา
มาในวันนี้ เราอยากจะทำนาข้าวบนที่ดินแปลงนั้น
แต่ว่าเรานำพันธุ์ข้าวใส่กระสอบไว้แล้วก็นำกระสอบไปฝังไว้ใต้ดินในที่ดินแปลงนั้น
เราก็ย่อมจะทราบได้เช่นกันนะครับว่า
พันธุ์ข้าวเหล่านั้นจะไม่งอกโตเป็นต้นข้าวเต็มทุ่งนา
เนื่องเพราะผลจากการกระทำในปัจจุบันนี้ของเราเอง

สมมุติอีกว่า เราเป็นมนุษย์เงินเดือน ไม่ได้มีเงินเก็บ
และมีรายได้จากเพียงเงินเดือน
ในเดือนที่แล้ว เราได้ยืมเงินเพื่อนมาเยอะ และรูดบัตรเครดิตไปเยอะ
โดยจะต้องนำเงินไปคืนเพื่อนในเดือนนี้ และชำระบัตรเครดิตด้วยในเดือนนี้
เราเองก็ย่อมจะทราบได้ใช่ไหมครับว่า
ในช่วงเดือนนี้เราจะลำบากทางการเงินแน่นอน
ซึ่งก็เป็นเพราะเหตุปัจจัยที่เราได้ทำไว้เองในอดีตนั่นเอง
หรือหากว่าเราไม่มีภาระหนี้สินดังกล่าว แต่สมมุติว่าในวันนี้เป็นช่วงต้นเดือน
และเรากำลังใช้เงินเดือนที่ได้มานั้น
กินเที่ยวหรือซื้อของสิ้นเปลืองในวันนี้เยอะเลย
เราเองก็ย่อมจะทราบได้ใช่ไหมครับว่า
เราจะลำบากทางการเงินในช่วงเวลาที่เหลือของเดือนนี้
ซึ่งก็เป็นเพราะเหตุปัจจัยที่เราได้ทำไว้ในปัจจุบันนั่นเอง

เปรียบเทียบต่อไปอีกว่าสมมุติให้เราเป็นนักเรียนที่กำลังจะสอบปลายภาคในวันพรุ่งนี้ หากในอดีตที่ผ่านมาระหว่างภาคเรียนจนกระทั่งวันนี้ เราไม่ได้อ่านหนังสือเลย ไม่ได้เข้าเรียนเลย โดดเรียนตลอด แถมไม่มีความรู้ในวิชานั้น ๆ ด้วย เราก็พอจะทราบล่วงหน้าถึงผลการสอบปลายภาคของวิชานี้ได้ใช่ไหมครับ (เนื่องจากเหตุปัจจัยที่เราได้สร้างไว้เองในอดีต) หรือหากในอดีตที่ผ่านมา เราได้อ่านหนังสือและเข้าเรียนมาบ้างพอสมควร แต่ว่าวันนี้เรามัวนั่งดื่มสุรากับเพื่อนจนมามาย แถมไม่หลับไม่นอน ทั้งที่จะต้องไปสอบแต่เช้า เราก็พอจะทราบล่วงหน้าถึงผลการสอบปลายภาคของวิชานี้ได้ใช่ไหมครับ ว่ามันย่อมจะออกมาไม่ดีเท่าที่ควร (เนื่องเพราะเหตุปัจจัยที่เราสร้างไว้เองในปัจจุบันขณะนี้)

(... จริง ๆ แล้ว กรรมใด ๆ ที่ได้สร้างไว้ในปัจจุบัน แต่เมื่อเวลาผ่านไปแล้ว แม้เพียงชั่วครู่เป็นระยะเวลาสั้น ๆ เพียงใดก็ตาม ก็ถือว่าเป็นกรรมในอดีตแล้วละครับ)

เราจะพิจารณาเปรียบเทียบในเรื่องอื่น ๆ อีกก็ได้ ซึ่งก็จะเห็นได้ยะเยะไปครับ เช่น แอบมิกกแล้ว หากต่อมา แพนจับได้ แพนก็จะไม่พอใจ

หรืออาจจะโดนแพนบอกเลิกได้

สูบบุหรี่มาก ๆ ก็จะส่งผลทำให้เสียสุขภาพ และป่วยเป็นโรคต่าง ๆ ได้

กินอาหารคอเลสเตอรอลสูง ๆ หรือรสจัดมาก ๆ เป็นประจำ

ก็จะส่งผลให้มีปัญหาสุขภาพได้

ทำงานหนักมาก ๆ และติดต่อกันนาน ๆ โดยไม่ได้พักเท่าที่ควร

ก็จะส่งผลให้เสียสุขภาพ

ไม่สนใจเลี้ยงลูก แต่ปล่อยให้ลูกไปคบกับเพื่อนไม่ดี

ก็จะส่งผลให้ลูกเสียคนและเป็นคนไม่ดี

ไม่สนใจทำความสะอาดดูแลรักษาบ้าน บ้านก็จะรกสกปรก และเสื่อมโทรม

ในคืนนี้ เทียวดื่มจนกระทั่งไม่ได้นอนเลย ในวันพรุ่งนี้เช้าก็จะง่วงนอน

และร่างกายอ่อนเพลีย

ในวันนี้ ชี้แจงทำงาน ดองงานเอาไว้ งานก็จะไม่เสร็จ

ฯลฯ และอื่น ๆ อีกมากมายนะครับ

โดยสิ่งเหล่านี้ก็ย่อมทำให้เห็นว่า

เหตุปัจจัยในอดีตและปัจจุบันย่อมสามารถบอกถึงอนาคตได้

บางท่านอาจจะบอกว่า บางทีมันก็จะมี “เหตุแทรกแซง” เหมือนกันนะ
แล้วก็ทำให้เหตุปัจจัยในอดีตและปัจจุบันนั้น ไม่สามารถบอกอนาคตได้แน่นอน

ก็ขอเรียนว่า “เหตุแทรกแซง” นั้นก็ถือเป็นเหตุปัจจัยหนึ่งเช่นกันครับ

แต่เหตุแทรกแซงนั้นไม่ได้จะเกิดขึ้นในทุกกรณี

และบางทีเราเองก็อาจจะพอทราบเหตุแทรกแซงที่จะมาเป็นปัจจัยนั้นได้

ว่าอาจจะมีเหตุแทรกแซงใด ๆ เกิดขึ้น

หรือบางทีก็อาจจะไม่สามารถทราบได้เลยก็ได้

แต่อย่างน้อยที่สุด เราเองย่อมสามารถที่จะพิจารณาเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับเราเองได้

ซึ่งก็จะพอสามารถบอกให้ทราบถึงอนาคตได้ในระดับหนึ่งว่าควรจะเป็นอย่างไร

ยกเว้นแต่ว่าจะเกิดมีเหตุแทรกแซงบางอย่าง หรือเราพิจารณาเหตุปัจจัยผิดไป

หรือมองพิจารณาเหตุปัจจัยอย่างลำเอียง เข้าข้างตัวเอง หรือไม่เข้าใจในเหตุปัจจัยนั้น

หากใครคนใดจะไม่เชื่อว่า หลัก “อิทัปปัจจยตา” จะช่วยให้เรารู้ถึงอนาคตได้แล้ว

คน ๆ นั้นก็ไม่ควรจะต้องทำอะไรแล้วในชีวิตนี้

เพราะไม่ได้เชื่อว่าสิ่งทั้งหลายนั้นล้วนแล้วแต่เป็นไปตามเหตุปัจจัย

ดังนั้นแล้ว ไม่ว่าจะทำอะไรไปก็ตาม ก็จะไม่เป็นเหตุหรือเป็นผลแก่กันและกัน

ยกตัวอย่างว่า กินข้าวเยอะ ๆ ก็ไม่เกี่ยวกับว่าจะทำให้รู้สึกอิ่มได้

ออกกำลังกาย ก็ไม่ได้เกี่ยวกับว่าจะทำให้ร่างกายแข็งแรงได้

ปลูกข้าวลงในพื้นที่นา ก็ไม่ได้เกี่ยวกับว่าจะทำให้ต้นข้าวงอกโตขึ้นในที่นั้น

เติมน้ำลงในตุ่ม ก็ไม่ได้เกี่ยวกับว่าจะทำให้น้ำเต็มตุ่ม

ทำงานให้แก่นายจ้างอย่างขยัน ก็ไม่ได้เกี่ยวกับว่าจะทำให้ได้ค่าตอบแทน

ประหยัดมรยธัสส์เก็บออม ก็ไม่ได้เกี่ยวกับว่าจะทำให้มีเงินเก็บสะสม

ขยันเรียนตั้งใจเรียน ก็ไม่ได้เกี่ยวกับว่าจะทำให้เรียนจบ หรือสอบผ่าน

ทำดีทำชั่ว ก็ไม่ได้เกี่ยวกับว่าจะทำให้เกิดกุศลและอกุศลใด ๆ ฯลฯ

โดยหากใครจะเชื่อว่าอะไร ๆ ก็ไม่เกี่ยวข้องกันแล้ว และไม่ได้เป็นไปตามเหตุปัจจัยแล้ว
คนเราก็ไม่จำเป็นต้องสร้างเหตุปัจจัยใด ๆ เพื่อหวังผลใด ๆ แล้วละครับ

อนึ่ง ในเรื่องว่าผลแห่งเหตุปัจจัยในอดีตและปัจจุบันจะเกิดขึ้นเมื่อไรนั้น
เราเองก็ไม่สามารถไปเร่งหรือบังคับให้ผลออกมาทันทีที่ทันใจของเราได้
เพราะว่าสิ่งเหล่านั้นไม่ได้อยู่ภายใต้การควบคุมของเรา
จึงเป็นเรื่องที่ต้องอาศัยเวลาด้วย
เสมือนว่าเพ็งหวานพันธุ์ข้าวลงไปในพื้นที่นาปุ๊บ
ก็มานั่งบนต้นที่ว่าทำไมข้าวไม่ออกรวงเสียที
การทำเช่นนั้น ย่อมจะไม่เกิดประโยชน์
แต่ควรจะนำเวลาที่มันนั้นไปทำประโยชน์อย่างอื่น
แล้วก็ให้ต้นข้าวนั้นออกรวงของมันเองตามเหตุปัจจัยและตามกาลเวลาจะดีกว่า

หากเรารู้ดังนี้แล้ว เราคงไม่จำเป็นต้องสงสัยอีกแล้วว่า
อนาคตข้างหน้าของเราจะเป็นอย่างไร
เราเพียงถามตัวเองว่า ในอดีตนั้นเราได้ทำอะไรไว้
และในปัจจุบันเราทำอะไร ก็พอจะทราบได้แล้ว
เพราะอนาคตนั้นก็จะเป็นผลจากเหตุปัจจัยทั้งหลาย
ที่เราได้ทำในอดีตและปัจจุบันนั่นเอง

ผ่านมาถึงขณะนี้เราคงเห็นแล้วนะครับว่า เหตุปัจจัยในอดีตส่งผลให้แก่ ปัจจุบัน
และเหตุปัจจัยในอดีตและปัจจุบันส่งผลให้แก่ อนาคต ตามหลัก “อิทัปปัจจยตา”
เมื่อทราบเช่นนี้แล้ว เราจะได้ข้อพิจารณาดี ๆ หลายประการ ได้แก่

ประการที่หนึ่งคือ เราสามารถยอมรับได้อย่างเต็มใจ และพร้อมใจว่าในสิ่งทั้งหลาย
ที่เกิดขึ้นแก่ตัวเราในปัจจุบันนั้น สืบเนื่องมาจากเหตุปัจจัยในอดีตที่เราได้สร้างไว้เอง
เราก็ไม่จำเป็นต้องด้นทุรนทุรายเพื่อจะหนีให้พ้นเลย หรือไปกล่าวโทษคนโน้นคนนี้เลย
(และเราก็ไม่สามารถย้อนเวลาไปแก้ไขอดีตได้ด้วย) นอกจากจะโทษที่เราได้ทำไว้เอง

ประการที่สองคือ เราจะพยายามทำกรรมปัจจุบันให้ดี เพื่อเป็นเหตุปัจจัยที่ดี
และส่งผลให้ในอนาคตที่ดี ๆ โดยเราเชื่อมั่นอย่างแรงกล้าว่า

อนาคตที่ดี ๆ นั้นเป็นสิ่งที่เราสามารถสร้างได้
และกรรมในปัจจุบันส่งผลช่วยได้ด้วย
(โดยประกอบกับเหตุปัจจัยในอดีตที่ผ่านมาไปแล้ว)

ประการที่สามคือ เมื่อเข้าใจหลัก “อิทัปปัจจยตา” แล้ว
จะทำให้สามารถเข้าใจได้ว่า
สังสารวัฏนั้นเป็นเรื่องมีจริง
และเข้าใจได้ว่าเราจะต้องวนเวียนในสังสารวัฏไปเรื่อย ๆ
เว้นแต่ว่า เราจะสามารถดำเนินไปในหนทางที่ทำให้พ้นไปจากสังสารวัฏนี้ได้

ขณะนี้เราก็สามารถพิจารณาได้ทั้งในอดีต ในปัจจุบัน และในอนาคตแล้วนะครับ
ในลำดับต่อไป เราจะมาพิจารณากันต่อครับว่า อะไรเป็นสิ่งที่มีความค่าที่สุด
ที่ชีวิตในปัจจุบันของเราสมควรที่จะชวนขวายหามาไว้เพื่อตนเอง
(จะมากุญต่อในตอนหน้าครับ)



สารบัญ →



ตอนที่ 5 ช้างนาฬาคีรี





จะหนี
ไปไหนเจ้าลิง
ตัวแสบ



เราไม่เกี่ยวน่า
เมจิกมิงค์ไม่น่าไป
ยั่วโมโหหนูนาเขา
โมโหเราเลยไร



เกิดอะไร
ขึ้นเนีย!!

หลบลง
กระป๋องก่อน
ดีกว่า แว็บ

หรือว่าเกิด
แผ่นดินไหว
แยแล้ว



มาอยู่ใกล้ๆ
จะตะแคงหรือ
นี่แหละ



เรา...
ปล่าวน่า
จึก!!



โกรธ!!
จี้ต้องแก้แค้น
เอาฝาดังขยะ
คืนไป





อย่ารังแก
ฉันนะ
ไข่ม่าน



อ้าย! ใครเรียก
ไข่ม่าน ว้าวว
สาวน้อยคนสวย
มีอะไรกับพี่
เหอจ๊ะ

หะ อย่า
ทำอะไร
หนูนานะ
ถอยไปนะ



เจ้าผมตั้งนี่
มันใครนะ
ยังไม่ได้ขอโทษ
ฉันเลยนะ

อย่างงี้....
มันต้องโดน
สักหลายหมัด
ไม่ใช่น้อยเลย





หยุดนะ
อย่าทะเลาะกัน
บอกවාให้หยุด
ไฉละ อี้ยย



อ้าว น้องซัน
นั่นเพื่อนใหม่
เธอจ๊ะ กอดกัน
กลมเชียว

อี้ยย ผู้ชาย
มากอดกันได้
ยังงั้น อี้
อู๋! สวัสดิชะ
คุณยาย

อี้ยยย
มีผู้ใหญ่มา
อี้ยยย



ฝากไว้ก่อนนะ
เจ้าหัวแหลมเปียบ
คราวหน้าโดนตี
แน่ๆ เลย

บ้านข้างหน้า
มีหมาดุนะ
หลาน เดินไป
ระวังด้วย



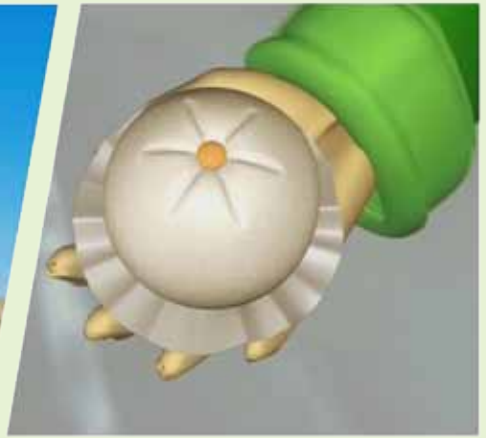
เจ๊ยย !!
ไม่ต้องมาบอก
ผมหรอก
ผมไม่กลัว



เหวอออ....
คุณยายย.....
ช่วยด้วยครี๊บบ
ช่วยด้วยค้า..



ว่าไง...
เจ้าไขปัง วันนี้
หิวจัดเที่ยวหา
ชาวบ้านอีก
แล้วสิ



นี่ไงเอาไป
กินซะนะ
อย่าเกเรนะ



ว่าไงหลาน
ตกลงซื้ออะไร
หรือเรา



ผ่าๆ

ผมก็ไข
เหมือนกันครับ
แต่ผมซื้อ
ไขห่าน



ธรรมะใกล้ตัว 45



ยายชื่อ
มะลิจะ เป็นยาย
ของน้องชั้นเขา ดูลิ
ยายไปจ่ายตลาด
ซื้อของมาเต็ม
เลย

หลานๆ
มาช่วยยาย
ถือไปที่บ้าน
หน่อยสิ



ไข่ม่านไป
ด้วยกันมัย ไป
เที่ยวบ้าน
น้องชั้นก่อน

มะ ไม่ได้
กว่าครับ ถ้าผม
กลับบ้านช้า
พ่อจะดุเอา
ครับ



อ้าวไข่ม่าน
ไปลามาไหว้
จีจ๊ะ



โธ่ เอ้ยยย
ไหว้ก็ได้
ลาแล้วครับ
คุณยาย



คุณยาย
เก่งจังเลยอะ
แค่เจอหน้าคุณยาย
กับพูดไม่กี่คำ
ทั้งหมา
ทั้งเด็กเกร
พากันเชื่อ
หมดเลย



อิม จะ
บางครั้งการ
กำหนดสัตว์บางตัว
หรือคนอันธพาลบางคน
ก็ไม่จำเป็นต้องใช้
กำลังเสมอไปนะ



แหะๆ
โดนเต็มๆ
เลยเรา

ป๊อ~



คุณยายครับ
ในสมัยก่อนมีเรื่องราว
อะไรสนุกๆ เกี่ยวกับ
พวกสัตว์ป่าไม้ครับ
คุณยาย เล่าให้ฟัง
หน่อยสิครับ





เดี๋ยวยาย
นีก่อนนะ
น้องซัน

อ้อ....
สมัยพุทธกาล ก็เคย
มีคนปล่อยช้างตกมัน
มาทำร้ายพระพุทธเจ้า
ทำเอาผู้คนแตกตื่น
กันไปหมด



ถ้ามีใคร
เข้าใกล้ละคะ
คุณยาย

มันจะนึกว่า
เป็นศัตรูไปหมดจะ
ไม่เว้นแม้แต่คนเลี้ยง
ไม่ว่าจะเป็นใครก็
เหยียบหมด



น่ากลัวจัง
แล้วใครเป็นคน
ปล่อยช้างตกมันมา
ทำร้ายพระพุทธเจ้า
ละอะ



คนๆ นั้น
คือพระญาติของ
พระพุทธเจ้าเอง
ชื่อพระเทวทัต

พระองค์
ทรงบวชตามหลัง
พระพุทธเจ้าแต่ทรงอิจฉา
ที่พระพุทธเจ้ามีลูกศิษย์
มาก และอยากจะเป็น
เจ้าปกครองสงฆ์
เสียเอง



โหย
นิสัยไม่ดี
เลยอะ



ช่างตัวนั้น
ชื่ออะไรครับ
คุณยาย



ช่างชื่อ
นาฬาคีรีจ๊ะ เอ...
เดี๋ยวนี้น้องชันไม่
ค่อยถามเนื้อเรื่องแล้ว
จะเอาชื่อไปค้นเอง
ไข่ม้อยจ๊ะ

ใช่
ครับ



เอาละจ้า
ถึงบ้านแล้ว น้องซัน
เดินไปส่งหนูนาที่บ้าน
ก่อน ยายกับแม่จะทำ
กับข้าวไว้รอนะ

ครับ
คุณยาย

หนูนา
ไปก่อนนะคะ
คุณยาย สวัสดีค่ะ
เอานี้ไปด้วย
ซิซัน

แอ็กกก
เอ๊ยๆๆ เจ็บๆๆ
จะหนีลงกระป๋อง
ซะหน่อย

ค่อยๆกิน
ก็ได้嘛 บอกแล้ว
ว่าจะกินให้ชอกก่อน
อย่าขโมย



ก็มันหอม
นี่นา ขนมน
นำกิน



กินอ้อมแล้ว
จะไปไหนกันต่อ
ขอหนูนาไป
ด้วยคนสิ



ถ้ายอม
พาไป พรุ่งนี้
หนูนาจะหา
โดนัทมาให้
กินอีก



จะให้
มิ่งค์พาไปดู
พระพุทธรเจ้าปราบ
ชังนาพาศรี
ไข่ม้า



เอาๆๆ
ตกลงๆ



อยากไป
ดูเรื่องอะไร
กันล่ะ



อยากรู้เรื่อง
พระเทวทัตก่อน
แล้วค่อยไปดู
ชังนาพาศรีนะ
พาไปได้ป่าว

อ่านย้อนหลัง

ตอนที่ ๑ แนะนำตัวละคร

http://www.dharmamag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=326&Itemid=78

ตอนที่ ๒ พระราहुล (๑/๒)

http://www.dlitemag.com/index.php?option=com_content&view=article&catid=47:lite-comic&id=460:2010-10-06-16-45-27&Itemid=59

พระราहुล (๒/๒)

http://www.dharmamag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=335&Itemid=78

ตอนที่ ๓ พระสารีบุตร

http://www.dlitemag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=476&Itemid=1

ตอนที่ ๔ สุวรรณสาม (๑/๒)

http://www.dharmamag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=342&Itemid=78

สุวรรณสาม (๒/๒)

http://www.dlitemag.com/index.php?option=com_content&view=article&id=487&Itemid=1

สารบัญ ↩

ร่วมส่งบทความ

นิตยสารเล่มนี้จะเป็นนิตยสารคุณภาพได้ ก็ด้วยเนื้อหาดี ๆ ภายในฉบับที่จัดสรรลงอย่างต่อเนื่องนะคะ

หากคุณผู้อ่านท่านใด มีความสามารถในการเขียน มีศรัทธา และความเข้าใจในคำสอนของพุทธศาสนา ไม่ว่าจะในระดับเบื้องต้น เบื้องกลาง หรือเบื้องปลาย และมีใจรักที่อยากจะสื่อสารถ่ายทอดสิ่งนั้นให้กับผู้อื่นได้ทราบ และได้ประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้น เช่นเดียวกับที่เราอาจเคยได้รับจากผู้อื่นมาแล้ว ก็ขอเชิญทุกท่านส่งบทความมาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของ ธรรมะใกล้ตัว ด้วยกันนะคะ

คุณอาจไม่จำเป็นต้องเป็นนักเขียนฝีมือเลิศ แต่หากมีใจที่คิดอยากจะถ่ายทอด มีสิ่งที่คิดว่าอยากแบ่งปันความรู้ความเข้าใจนั้นให้กับคนอื่น ๆ ก็ลองเขียนส่งเข้ามาได้เลยค่ะ

๑. คอลัมน์ที่เปิดรับบทความ

คอลัมน์: ธรรมะจากคนสู้กิเลส

เนื้อหา: เปิดโอกาสให้คุณ ๆ ได้เล่าประสบการณ์จริงของตนเอง ว่าผ่านอะไรมาบ้าง มีอะไรเป็นข้อคิดที่เป็นประโยชน์บ้าง อะไรทำให้คนธรรมดาคนหนึ่ง กลายเป็นคนดีขึ้นมา และทำให้คนมีกิเลสเยอะกลายเป็นคนกิเลสบางลงได้ มีแต่คนที่เปลี่ยนแปลงตัวเองแล้วเท่านั้น จึงจะเขียน ธรรมะใกล้ตัว ได้สำเร็จ

คอลัมน์: นิยาย/เรื่องสั้นอิงธรรมะ

เนื้อหา: เปิดโอกาสกว้างสำหรับคนที่ชอบคิดชอบเขียน โดยเฉพาะอดีตนักฝัน ที่เพิ่งผันตัวมาอยู่ในโลกธรรมะ เพื่อสร้างสรรค์เรื่องราวให้คนได้ข้อคิดข้อธรรม ผ่านความสนุกของรูปแบบนิยายหรือเรื่องสั้นได้อย่างเพลิดเพลิน

คอลัมน์: คำคมชวนคิด

เนื้อหา: รวบรวมข้อคิด หรือคำคมของบุคคลต่าง ๆ ที่เคยได้ยินมาแล้วสะดุดใจ มาบอกต่อ ยิ่งถ้าใครสามารถสร้างสรรค์วรรคทองได้เองยิ่งดี เพราะจะ

ได้ฝึกริเริ่มวิเสสดูใจ ซึ่งเป็นแม่บทของกรรมที่ทำให้มีความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างสุดยอด เนื่องจากแง่คิดดี ๆ จะช่วยให้คนอ่านคิดดี หรือได้คิดเพื่อเปลี่ยนแปลงชีวิต วิชาที่ย้อนกลับมาสนองตอบแทนคุณ ก็คือการผุดไอเดียเหมือนน้ำพุไม่รู้จักรู้สิ้น กับทั้งเป็นที่ยอมรับในวงกว้างด้วย

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น หรือแปลมาจากภาษาอังกฤษ กรุณาระบุแหล่งที่มา หรือชื่อของบุคคลผู้เป็นเจ้าของคำคมด้วยนะคะ

คอลัมน์: สัพเพเหระธรรม

เนื้อหา: เรื่องราว เรื่องเล่า อาจมาจากฉากหนึ่งในชีวิตของคุณ ที่มีเกร็ดข้อคิดทางธรรม หรือข้อคิดดี ๆ อันเป็นประโยชน์ อาจเป็นเรื่องเล่าสั้น ๆ ในรูปแบบที่เสมือนอ่านเล่น ๆ แต่อ่านจบแล้ว ผู้อ่านได้เกร็ดธรรมหรือข้อคิดดี ๆ ติดกลับไปด้วย

คอลัมน์: กวีธรรมะ

เนื้อหา: พื้นที่ที่เปิดกว้างสำหรับกวีธรรมะทั้งหลาย โดยไม่จำกัดรูปแบบและความยาวของบทกวี หรือหากจะคัดเอาบทกวีที่น่าประทับใจ ให้แง่คิดอะไรในเชิงบวก ก็สามารถนำมาลงได้เช่นกัน แต่ถ้าให้ติดกลั่นกรองออกมาด้วยตนเองได้ ก็ยิ่งดีค่ะ

กติกา: หากเป็นการคัดมาจากที่อื่น ต้องระบุที่มาที่ไปอย่างชัดเจนด้วยนะคะ

คอลัมน์: เทียววัด

เนื้อหา: รับหมดไม่ว่าจะเป็นวัดสวยหรือสถานที่ปฏิบัติธรรม ข้อมูลข่าวสารจากทั่วประเทศนั้น ไม่มีวันที่ใครคนเดียวจะรู้ได้หมด ถ้าช่วยเป็นหูเป็นตาให้แก่กัน ก็คงจะมีประโยชน์อย่างมหาศาล

กติกา: นอกจากข้อมูลเกี่ยวกับสถานที่ บรรยายภาพ ปฏิปทา ฯลฯ ของวัดแล้ว ต้องขอรูปทิวทัศน์สวย ๆ มาประกอบบทความ อีกทั้งไม่พาดหมหรือแทรกธรรมะด้านการปฏิบัติที่ขัดแย้งกับแนวทางของนิตยสารนะคะ

คอลัมน์: ธรรมะปฏิบัติ

เนื้อหา: ร่วมบอกเล่าประสบการณ์จริง ประสบการณ์ตรงจากการปฏิบัติธรรม เพื่อเป็นทั้งธรรมทาน และ

เป็นทั้งกำลังใจ สำหรับผู้ที่กำลังร่วมเดินทางอยู่บน
เส้นอริยมรรคเส้นเดียวกันนี้

คอลัมน์: ของฝากจากหมอ

เนื้อหา: นำเสนอข่าวสารในวงการแพทย์ หรือ
สารน่ารู้อันเป็นประโยชน์เกี่ยวกับสุขภาพ ที่คน
ทั่วไปสนใจ หรือนำไปใช้ได้ เพื่อเป็นวิทยาทานให้กับ
ผู้อ่าน จากมุมมองต่าง ๆ ที่แพทย์แต่ละแขนงมีความรู้
ความเชี่ยวชาญต่าง ๆ กัน

กติกา:

- ▶ หากเป็นบทความที่แนะนำให้มีการทดลองกิน
ยา หรือแนะนำให้ผู้อ่านปฏิบัติตามด้วย ขอ
จำกัดเฉพาะผู้เขียน ที่เป็นผู้เรียนหรือทำงาน
ในสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้องเท่านั้น เพื่อป้องกันการ
นำเสนอข้อมูลที่คลาดเคลื่อน และอาจส่งผล
ต่อผู้อ่านได้ค่ะ
- ▶ หากนำเสนอประเด็นที่ยังเป็นที่ถกเถียงอยู่ใน
วงการแพทย์ ขอให้มีการอ้างอิงด้วย เช่น มา
จากงานวิจัยชิ้นไหน หรือหากเป็นเพียงความเห็น
ส่วนตัวของหมอ ก็กรุณาระบุให้ชัดเจนด้วยค่ะ



๒. อ่านสัณนิษฐาน ก่อนคิดเขียน

เนื่องจากในแต่ละสัปดาห์ มีงานเขียนส่งเข้ามาเป็น
จำนวนมากชิ้นขึ้นเรื่อย ๆ ดังนั้น เพื่อเป็นการช่วยลด
เวลา และลดภาระให้กับอาสาสมัคร ในการเข้ามา
ช่วยกันคัดเลือก และพิสูจน์อักษรของบทความ
ต้องขอรบกวนผู้ส่งบทความ เรียบเรียงงานเขียนตาม
แนวทางดังนี้ด้วยนะคะ

๒.๑ ตรวจทานก่อนถูกผิดให้เรียบร้อย

ก่อนส่งบทความ รบกวนผู้เขียนทุกท่านช่วยตรวจทาน
ให้แน่ใจก่อนนะคะว่า ไม่มีจุดไหนพิมพ์ตกหล่น พิมพ์
เกิน พิมพ์ผิดพลาด หรือเขียนตัวสะกดไม่ถูกต้อง ผ่าน
สายตาของผู้เขียนแล้ว

หากไม่แน่ใจตัวสะกดของคำไหน สามารถตรวจสอบ
ได้จากที่นี่เลยคะ

เว็บเครือข่ายพจนานุกรม ราชบัณฑิตยสถาน

<http://rirs3.royin.go.th/ridictionary/lookup.html>

๒.๒ จัดรูปแบบตามหลักงานเขียนภาษาไทย
เพื่อให้ทุกบทความมีลักษณะของการจัดพิมพ์ที่
สอดคล้องกัน ขอให้การจัดรูปแบบในลักษณะดังนี้
นะคะ

- ▶ **เครื่องหมายคำถาม (?) และเครื่องหมาย
ตกใจ (!)**
เขียนติดตัวหนังสือด้านหน้า และวรรคด้านหลัง
เช่น “อ้าว! เธอไม่ได้ไปกับเขาหรือหหรือ? ฉันท
นึกว่าเธอไปด้วยเสียอีก”
- ▶ **การตัดคำเมื่อขึ้นบรรทัดใหม่**
สำหรับคนที่นิยมเขียนแบบเคาะ [Enter] เพื่อ
ตัดขึ้นบรรทัดใหม่ แทนการรบกวนคำอัตโนมัติของ
โปรแกรมคอมพิวเตอร์ ยากให้ช่วยดูการตัด
คำด้วยนะคะว่าตัดได้อย่างเหมาะสม คืออ่าน
ได้ส่น ไม่สะดุด ไม่แยกคำ หรือไม่ขึ้นบรรทัด
ใหม่ผ่ากลางวลีที่ควรอ่านต่อเนื่องกัน โดยไม่
จำเป็น เช่น

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น ก็เลยบอกเธอไปว่าผลกรรม
ข้ออาเมนนั้นหนักไม่ใช่เล่น”

“ฉันไม่อยากให้เธอทำแบบนั้น ก็เลยบอกเธอไปว่า
ผลกรรมข้ออาเมนนั้นหนักไม่ใช่เล่น” (อ่านง่ายกว่าค่ะ)
หรือดูหลักเกณฑ์อื่น ๆ ได้จากที่นี่เพิ่มเติมด้วยก็ได้ค่ะ

ราชบัณฑิตยสถาน > หลักเกณฑ์ต่าง ๆ

<http://www.royin.go.th/th/profile/index.php>

๒.๓ ความถูกต้องของฉันทลักษณ์สำหรับชิ้น งานร้อยกรอง

สำหรับท่านที่แต่งร้อยกรองเข้ามาร่วมในคอลัมน์
กวีกรรม ขอให้ตรวจทานให้แน่ใจสักนิดนะคะว่า
บทกลอนนั้น ถูกต้องตามฉันทลักษณ์แล้วหรือยัง จะ
ได้ช่วยกันใส่ใจและเผยแพร่แต่ในสิ่งที่ถูกต้องให้ผู้อ่าน
กันค่ะ

คุณผู้อ่านสามารถตรวจสอบ หรือหาความรู้เพิ่มเติม
เกี่ยวกับฉันทลักษณ์ของกวีไทยได้จากที่นี่ด้วยนะคะ

ร้อยกรองของไทย

(โคลง ฉันท์ กาพย์ กลอน ร่าย)

<http://thaiarc.tu.ac.th/poetry/index.html>

๒.๔ ความยาวของบทความ และการจัดย่อหน้า
ปกติแล้วเราไม่จำกัดความยาวของชิ้นงานในทุกคอลัมน์ค่ะ แต่ก็อยากให้ผู้เขียนใช้ดุลยพินิจด้วยค่ะว่าความยาวประมาณใดน่าจะเหมาะสม โดยลองดูจากบทความที่ลงในเล่ม และลองเทียบเคียงความรู้สึกในฐานะผู้อ่านดูนะคะ

สำหรับเรื่องสั้น หรือนวนิยาย ที่อาจมีความยาวมากกว่าบทความอื่น ๆ และมีการเปลี่ยนฉากอยู่บ้าง อย่าลืมเบรกสายตาผู้อ่าน โดยการขึ้นย่อหน้าใหม่เมื่อถึงจุดหนึ่ง ๆ ของเรื่องที่เหมาะสมด้วยนะคะ เพราะการเขียนเป็นพริด เห็นแต่ตัวหนังสือติด ๆ กันลงมายาว ๆ จะลดทอนความน่าอ่านของบทความไปอย่างน่าเสียดายค่ะ

หากบทความใด อ่านยาก ๆ หรือมีจุดบกพร่องที่ต้องแก้ไขเยอะมาก ๆ ทางทีมงานอาจจะต้องขออนุญาตเก็บไว้เป็นอันดับหลัง ๆ ก่อนนะคะ

๓. ส่งบทความได้ที่ไหน อย่างไร

๓.๑ กระดานส่งบทความ

เมื่อเขียน อ่านทาน และตรวจทาน บทความพร้อมส่งเรียบร้อยแล้ว งานเขียนทุกชิ้น สามารถโพสต์ส่งได้ที่กระดาน “ส่งบทความ” ได้เลยนะคะ ที่:

<http://dungtrin.com/forum/viewforum.php?f=2>

โดยหัวข้อกระทู้ ขอให้ใช้ฟอร์แมตลักษณะนี้นะคะ

(ชื่อคอลัมน์) ชื่อเรื่อง โดย ชื่อผู้แต่ง

เช่น

(สัพเพพระธรรม) เทพธิดาโรงงาน โดย คนไกลวัด

(ธรรมะปฏิบัติ) เส้นทางปฏิบัติ 1 โดย sotima

(ของฝากจากหมอ) เครียดได้...แต่อย่านาน โดย หมออดิ

เพื่อช่วยให้ทีมงานสามารถจัดหมวดหมู่ของชิ้นงาน

ได้เร็วขึ้นค่ะ

๓.๒ แนบไฟล์ Word มาด้วยทุกครั้ง

หากแปะเนื้อความลงในกระทู้เลย ฟอร์แมตต่าง ๆ เช่น ตัวหนา ตัวบาง ตัวเอียง จะหายไปค่ะ เพื่อความสะดวก รบกวนทุกท่านแนบไฟล์ Word ที่พิมพ์ไว้มาด้วยนะคะ (ในหน้าโพสต์ จะมีปุ่ม Browse ให้เลือก Attach File ได้เลยนะคะ)

ใครมีรูปประกอบ ก็ Attach มาด้วยวิธีเดียวกันนี้เลยนะคะ

และหากไฟล์มีขนาดใหญ่ ทำเป็น zip เสียก่อน ก็จะช่วยให้ประหยัดพื้นที่ได้ไม่น้อยค่ะ

๔. ส่งแล้วจะได้อะไรหรือไม่

ปกติแล้ว เวทีแห่งนี้เป็นเวทีที่เปิดกว้าง หากบทความนั้น ให้เนื้อหาสาระที่เป็นไปเพื่อเกื้อกูลกันในทางสว่าง และเป็นแนวทางที่ตรงตามแนวทางคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านจากผู้จริงในด้านที่เชี่ยวชาญ ก็จะได้รับรางวัลแน่นอนค่ะ

ทั้งนี้ รวมถึงความยากง่ายในการอ่านพิจารณาบทความ การแก้ไขจุดบกพร่องต่าง ๆ ในงานพิสูจน์อักษร หากเป็นไปอย่างคล่องตัว ก็จะช่วยให้พิจารณาชิ้นงานได้ง่ายขึ้นด้วยค่ะ

แต่หากบทความใด ยังไม่ได้รับคัดเลือกให้ลง ก็อย่าเพิ่งหมดกำลังใจนะคะ วันหนึ่ง คุณอาจรู้อะไรดี ๆ และเขียนอะไรดี ๆ ในมุมที่ใครยังไม่เห็นเหมือนคุณอีกก็ได้ค่ะ :)

และถ้าอยากเริ่มต้นการเป็นนักเขียนธรรมะที่ดี ก็ลองติดตามอ่านคอลัมน์ เขียนให้คนเป็นเทวดา ที่คุณ ‘ดังตฤณ’ มาช่วยเขียนเป็นนักเขียนประจำให้ทุกสัปดาห์ดูนะคะ

ขอบคุณทุกท่านในจิตอันมีธรรมเป็นทานของทุกท่านค่ะ

ธรรมะใกล้ตัว
dharma at hand

มาร่วมเป็นอีกหนึ่งกำลัง ที่ช่วยสร้างภาพใหม่ให้กับพระพุทธศาสนา
ด้วยการร่วมส่งบทความ ข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ท้ายเล่ม หรือที่
<http://www.dharmamag.com/>